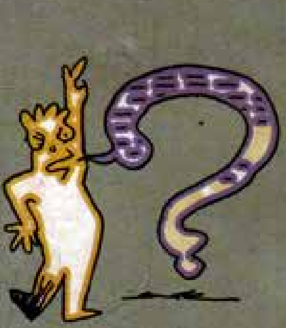
ပြန်ဆိုစုစည်းသူ-မြင့်စိုးလှိုင်

စိတ်ကူးချိုချို
အနုပညာ

ဉာဏ်ကောင်းသူတို့

နှုတ်ဒ္ဒ ပညာ

ကိုတွေ့ရဓါ။



သရုပ်ဖော်-ဇော်မော

Most people don't mind criticism as long as it's about someone else.

— ***SUZAN L. WIENER***

ဝေဖန်ရေး

သူတစ်ပါးအကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး ဝေဖန်ရေးကို လူများစုက အရေးမထားတတ်ကြဘူး။

ဆူဇန် အယ်လ်၊ ဝိုင်းနား

ဉာဏ်ကောင်းသူတို့

နှုတ်ဦပညာ

ကို တွေ့ရ၏

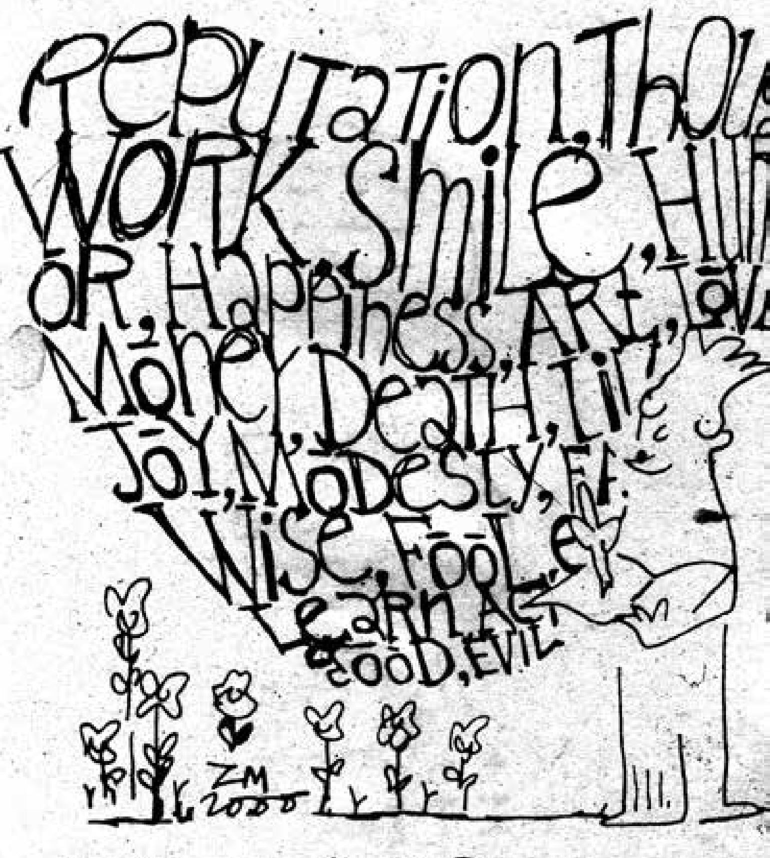
(အင်္ဂလိပ် – မြန်မာ)

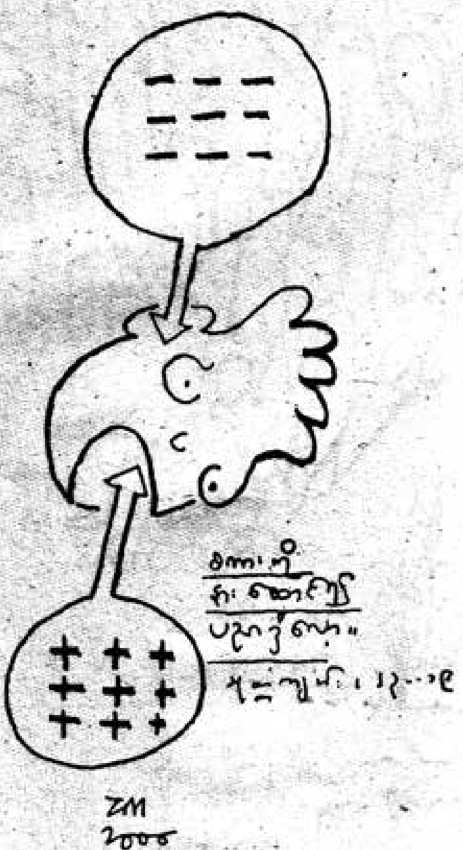
ဂ

မြင့်စိုးလှိုင်

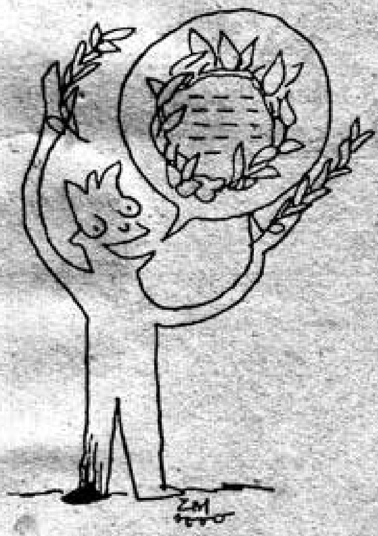
၂၀၀၀ ပြည့်နှစ် နိုဝင်ဘာလ
ပထမအကြိမ်

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ်	၃၆/၂၀၀၀(၁)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်	၆၈၃/၂၀၀၀(၉)
မျက်နှာဖုံး	ဇော်မောင်
စာအုပ်ချုပ်	ကိုမြင့်
ပုံနှိပ်သူ	ဦးကျော်ဌေးမင်း (၀၅၉၉၂) အောင်သိန်းသန်းပုံနှိပ်တိုက် ၄၄၊ ဗိုလ်ချုပ်လမ်းနှင့် သိမ်ဖြူလမ်း ရန်ကုန်။
ထုတ်ဝေသူ	ဦးသန်းဆွေ (မြ ၀၁၄၇၃) စစ်သည်တော်စာပေ ၁၁၃၁ (က)၊ ဥယျာဉ်လမ်း ဒဂုံတောင်၊ ရန်ကုန်။
ပုံနှိပ်ခြင်း	ပထမအကြိမ် နိုဝင်ဘာလ၊ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်
အုပ်ရေ	၁၀၀၀
တန်ဖိုး	900 K





ဂုဏ်သိက္ခာစကား



It takes 20 years to build a reputation and five minutes to ruin it.

— WARREN BUFFETT

ဂုဏ်သိက္ခာ

ဂုဏ်သိက္ခာဆိုတာ
ထူထောင်ယူရင် အနှစ် ၂၀ ကြာတယ်။
ဖျက်ပစ်ချင်ရင်တော့ ငါးမိနစ်နဲ့ရတယ်။

ဝါရင်း ဘတ်ဖက်တ်

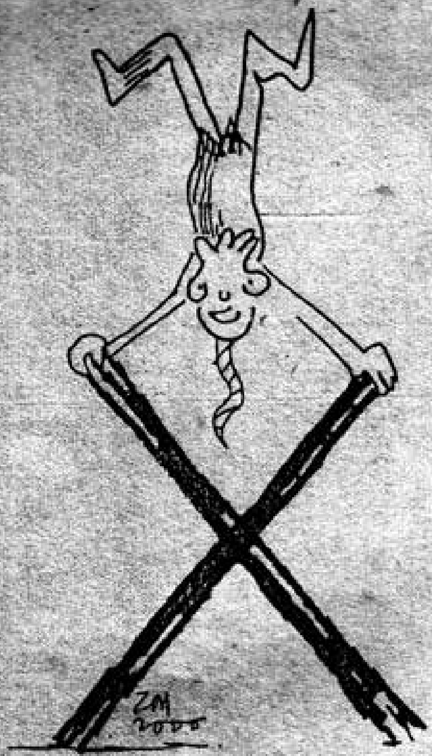
Reputation is what men and women think of us; character is what God and the angels know of us.

— THOMAS PAINE:

သိက္ခာနဲ့ကိုယ်ကျင့်

ဂုဏ်သိက္ခာဆိုတာ
ကျုပ်တို့အပေါ် ယောက်ျား၊ မိန်းမဟူ
လူတွေတွေးထင်ထားကြတာ။
ကိုယ်ကျင့်တရား ဆိုတာက
ကျုပ်တို့အပေါ် ဘုရားသခင်နဲ့တကွ
နတ်ကောင်းနတ်မြတ်တွေ သိထားကြတဲ့ဟာ။

သောမတ်စ် ပိန်း



Confidence comes not from always being right but from not fearing to be wrong.

— PETER T. MCINTYRE

ယုံကြည်စိတ်ချမှု

ယုံကြည်စိတ်ချမှုဆိုတာ
အမြဲတမ်းမှန်အောင်လုပ်နိုင်တဲ့ဆီက
လာတာမဟုတ်ဘူး။
မှားသွားမှာ မကြောက်တတ်တဲ့ဆီကလာတာ။

ပီတာ တီ၊ မက္ကင်တိုင်းယား

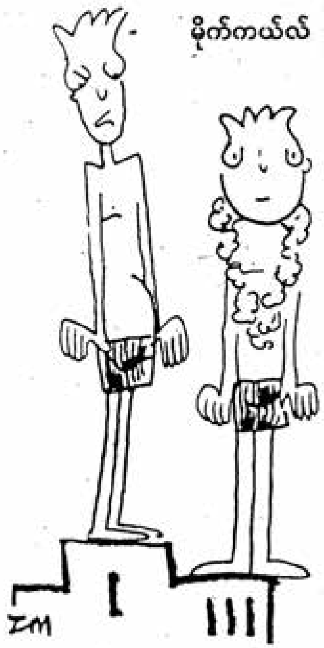
Hereoes and winners aren't the same .thing.

— MICHAEL KEVIN FARRELL

လူချင်းမတူ

သူရဲကောင်းတွေနဲ့ အနိုင်ရသူတွေဆိုတာ
တစ်မျိုးတစ်စားတည်း မဟုတ်ကြဘူး။

မိုက်ကယ်လ် ကီဗင် ဖားရဲလ်



Always be a first-rate version of yourself, instead of a second-rate version of somebody else.

— *JUDY GARLAND*

ပထမတန်းစားအဖွဲ့အနွဲ့

ကိုယ့်အကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်လာရင် သူတစ်ပါးဖွဲ့တဲ့ ဒုတိယတန်းစား အဖွဲ့အနွဲ့မျိုး ဖြစ်မယ့်အစား ကိုယ်တိုင်ဖွဲ့တဲ့ ပထမတန်းစား အဖွဲ့အနွဲ့မျိုးသာ အမြဲတမ်းဖြစ်အောင်ကြိုးစားပါ။

ဂျူဒီ ဂါးလဲန်း

One can never consent to creep when one feels an impulse to soar.

— *HELEN KELLER*

လူစွမ်းလူစ

မိုးပေါ်ပျံချင်နေတဲ့လူက
လေးဘက်တွားရမှာကို
လက်မခံနိုင်ဘူး။

ဟယ်လင် ကဲလား

Courage is not simply one of the virtues, but the form of every virtue at the testing point.

— ***C.S LEWIS***

သတ္တိ

ရဲစွမ်းသတ္တိဆိုတာ
အရည်အသွေးကောင်းတွေထဲမှာ
တစ်ခုအပါအဝင် ဖြစ်ရုံသာမဟုတ်ဘူး။
မှတ်ကျောက်အတင်ခံမယ့်
အရည်အသွေးကောင်းတစ်ခုရဲ့
ပုံသဏ္ဍာန်လည်း ဖြစ်တယ်။

စီ၊ အက်စ်၊ လူးဝစ်

It is curious that physical courage should be so common in the world and moral courage so rare.

— ***MARK TWAIN***

လက်ရုံးရည်နဲ့ နှလုံးရည်

လောကမှာ
လက်ရုံးရည်သတ္တိကို အတွေ့ရများသလောက်၊
နှလုံးရည်သတ္တိကျတော့ အတွေ့ရနည်းတာ
ဆန်းတော့လည်း အဆန်းသား။

မာ့ခ် တွိန်း

Diplomacy is the art of knowing what not to say.

— ***MATTHEW TRUMP***

သံတမန်အတတ်

ဘယ်စကားဖြင့် မပြောသင့်ဘူးလို့ နားလည်တာဟာ သံတမန်အတတ်ပညာ။

မက်သယူး ထရမ့်ပ်

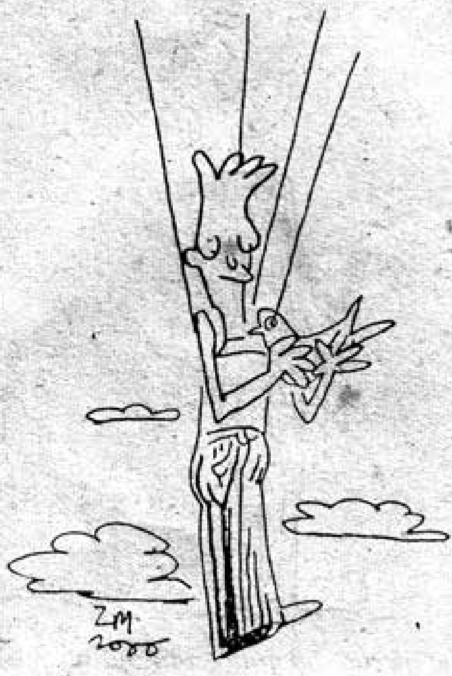
The great advantage of telling the truth is that one's so much more likely to sound convincing.

— ***SUSAN HOWATCH***

အမှန်အတိုင်းပြော

အမှန်အတိုင်းပြောတတ်တာရဲ့
အကျိုးကျေးဇူးကြီးတစ်ခုကတော့
ပြောတဲ့လူဟာ အင်မတန်သေချာသထက်
သေချာလာတတ်တယ်။

ဆူဆန် ဟောင်ဝါချ်



Sociey works by putting opportunity and responsibility together.

— ***TONY BLAIR.***

အခွင့်အရေးနဲ့တာဝန်

သူ့အဖွဲ့အစည်းမှာ
အခွင့်အရေးနဲ့ တာဝန်ဝတ္တရား
ခွန်တွဲပြီးလုပ်မှ အလုပ်ဖြစ်မယ်။

တိုနီ ဘလဲ

There is a time to speak and a time to keep quiet. There are things to tell and things not to tell. But it is an excellent rule to practise frankness in all dealings and associations with others, whether in business or socially. The frank person treads a firm bridge crossing a river, while the secretive person charily steps from stone to stone.

— ***B.C. FORBES***

ပွင့်လင်းရိုးသားမှု

စကားပြောရတဲ့ အချိန်ရှိသလို၊ ဆိတ်ဆိတ်နေရတဲ့ အချိန်လည်းရှိတယ်။ ပြောရမယ့်ကိစ္စတွေရှိသလို၊ မပြောရမယ့်ကိစ္စတွေလည်းရှိတယ်။ ဒါပေမယ့် အလုပ်သဘောအရဖြစ်ဖြစ်၊ လူမှုရေးအရ ဖြစ်ဖြစ်၊ လူတွေနဲ့ဆက်ဆံတာ၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တာတွေ အားလုံးမှာလက်ကိုင်ထားရမယ့် အကောင်းဆုံးစည်းမျဉ်းကတော့ ပွင့်လင်းရိုးသားတဲ့ အလေ့အထရှိဖို့ပဲ။ ရိုးသားပွင့်လင်းတဲ့လူက ခိုင်ခိုင်ခံ့ခံ့ မြစ်ကူးတံတားပေါ် ဖြတ်ကျော်နင်းလျှောက်သွားတဲ့ အချိန်မှာ၊ တအုံနွေးနွေးသမားကတော့ ကျောက်တုံး တစ်တုံးကနေတစ်တုံးပေါ် မရဲတရဲနဲ့ လှမ်းကျော်နေရတတ်တယ်။

ဘီ၊ စီ၊ ဖောဘက်စ်

Morality is truth in full bloom.

— ***VICTOR HUGO***

သစ္စာပန်း

အကျင့်စာရိတ္တဆိုတာ အလုံးစုံပွင့်လန်းတဲ့ သစ္စာပန်း။

ဗစ်တာ ဟူးဂိုး

အတွေးစကား

To be able to be caught up into the world of thought–that is to be educated.

— ***EDITH HAMILTON***

အတွေးကမ္ဘာမှာ

အတွေးကမ္ဘာမှာ ထဲထဲဝင်ဝင် ဖြစ်နိုင်ဖို့ဆိုရင်၊ ပညာကိုတတ်အောင်သင်။

အီဒစ်သ် ဟမီလ်တန်

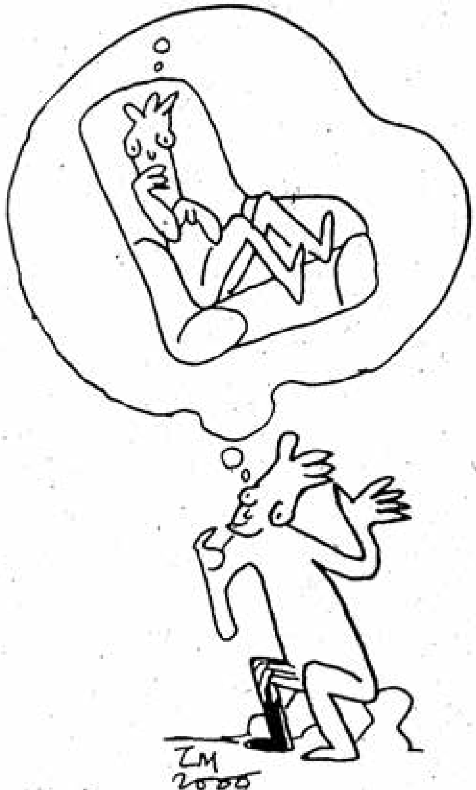
Using your imagination is the one time in life you can really go anywhere.

— *ANN PATCHETT*

စိတ်ကူးစိတ်သန်းယာဉ်ပေါ်မှာ

စိတ်ကူးစိတ်သန်းသုံးတာဟာ လူ့ဘဝမှာ ဘယ်နေရာမဆို
တကယ်တမ်းသွားလို့ရတဲ့ အချိန်တစ်ချိန်ပါ။

အဲန်း ပက်ချက်တ်



What is a vision? It is compelling image of an achievable future.

— *LAURA BERMAN FORTGANG.*

အမြင်

အမြင်ဆိုတာ ဘာလဲ။
အောင်မြင်ရမယ့် အနာဂတ်တစ်ခုကို
မဖြစ်မနေ ဖန်တီး ထားတဲ့ ပုံရိပ်ပဲ။

လော်ရာ ဘားမဲန်း ဖော့တ်ဂဲန်း

The moon is always jealous of the heat of the day, just as the sun always longs for something dark and deep.

— ***ALICE HOFFMAN***

ကိုယ့်ရှိတာ ကိုယ်မမြင်
သူ့ရှိတာ ကိုယ်လိုချင်

လမင်းက နေ့အပူရှိန်ကိုအားကျပြီး
အမြဲမနာလို ဖြစ်နေသလို၊
နေမင်းကလည်း မှောင်မည်းနက်နဲတဲ့
တစ်စုံတစ်ရာကို အမြဲတောင့်တ နေရတာပါပဲ။

အဲလစ် ဟော့ဖ်မဲန်း

The incidence of memory is like the light from dead stars whose influence lingers long after the events themselves.

— ***DAVID HOROWITZ***

တွယ်ငြိစိတ်

စိတ်ကပြန်ပြန်ရောက်တတ်တာဟာ
ကြွေကျသွားတဲ့ ကြယ်တွေဆီက
အလင်းရောင်လိုပဲ။
အဖြစ်သနစ်တွေ ပြီးဆုံးသွားပေမယ့်
အရှိန်အဝါကတော့
အတော်ကြာကြာ တွယ်ငြိနေတတ်တယ်။

ဒေးဗစ် ဟိုးရိုးဝစ်

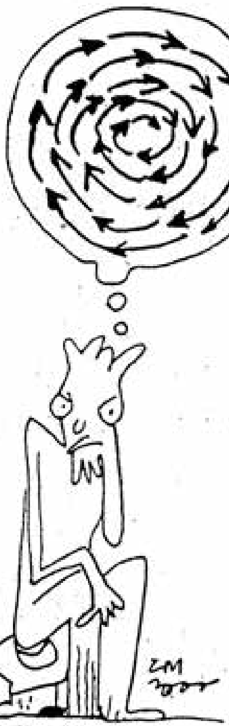
To achieve the marvelous, it is precisely the unthinkable that must be thought.

— ***TOM ROBBINS***

ထူးခြားပြောင်မြောက်ချင်ရင်

ထူးခြားပြောင်မြောက်ချင်တယ် ဆိုရင်တော့
တွေးကြည့်ဖို့မလွယ်တာကို
ရအောင်တွေးကို တွေးရလိမ့်မယ်။

တွမ် ရော့ဘင်းစ်



All truly great thoughts are conceived while walking.

— ***FRIEDRICH NIETZSCHE***

လမ်းပေါ်ကအတွေး

စစ်မှန်ကြီးကျယ်တဲ့ အတွေးတွေမှန်သမျှ
လမ်းလျှောက်ရင်း ရတာချည်းပဲ။

ဖရက်ဒရစ် နီရှေး

We worry about what a child will be tomorrow, yet we forget that he is someone today.

— ***STACIA TAUSCHER***

ခေသူမဟုတ်

ကျုပ်တို့က ကလေးတစ်ယောက် မနက်ဖြန် ဘာဖြစ်လာမလဲဆိုတာသာ တွေးပူနေကြတာ။ ဒါပေမယ့် သူလည်း သူ့နည်းနဲ့သူ ဒီကနေ့ ခေသူမဟုတ်ပါလား ဆိုတာကိုတော့ မေ့ထားတတ်ကြတယ်။

စတေစီယာ တောရှား

It's paradoxical that idea of living a long life appeals to everyone, but the idea of getting old doesn't appeal to anyone.

— ***ANDY ROONEY***

ရှေ့နောက်မညီ

အသက်ရှည်ရှည်နေရဖို့ ဆိုတဲ့စိတ်ကူးက
လူတိုင်းကို ဆွဲဆောင်ပေမယ့်၊
သက်ကြီးရွယ်အိုဖြစ်ဖို့ ဆိုတဲ့စိတ်ကူးကျတော့
ဘယ်သူ့ကိုမှ မဆွဲဆောင်နိုင်ပြန်ဘူး။
ရှေ့နောက်မညီတဲ့ လောကဆိုတာ ဒါပေါ့။

အယ်န်ဒီ ရွူးနေး

Nothing levels a playing field like a better idea.

— *STANLEY I.MASON, JR.*

စိတ်ကူးကောင်း

စိတ်ကူးကောင်းတစ်ခုလောက်
ကစားကွင်းကို
ကွင်းချောအောင်လုပ်နိုင်တာ
ဘာမှမရှိဘူး။

စတင်လေ အိုင်၊ မေဆင် ဂျူနီယာ

Ideas are like wandering sons. They show up when you least expect them.

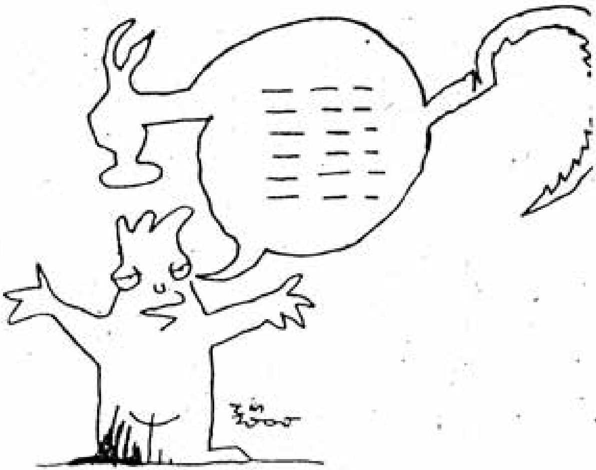
— *BERN WILLIAMS*

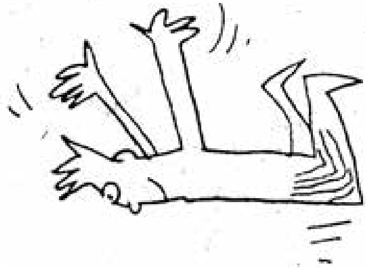
စိတ်ကူးတွေ

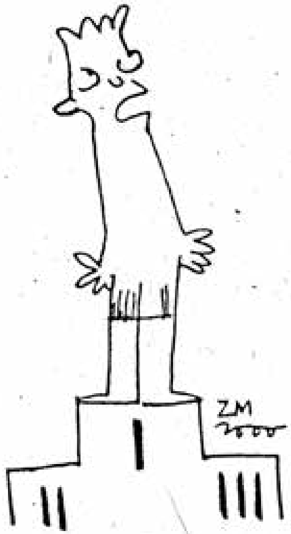
စိတ်ကူးတွေဟာ
အိမ်မကပ်တဲ့ သားတွေနဲ့တူတယ်။
မမျှော်တော့ဘူးဆို
ပေါ်လာကြပါလိမ့်မယ် အလျှိုအလျှို။

ဘန်း ဝီလျှမ်စ်

အလုပ်စကား







You have to be first, best or different.

— LORETTA LYNN

ဖြစ်အောင်လုပ်

ပထမရင်လည်းရမှ၊
အတော်ဆုံးရင်လည်းဖြစ်မှ၊
ဒါမှမဟုတ်ရင် သူများနဲ့မတူမှဖြစ်မယ်။

လိုရက်တာ လင်း

The people who make a difference are not the ones with the credentials, but the ones with the concern.

— *MAX LUCADO*

အများနဲ့မတူ

သူများနဲ့မတူ တစ်မူကွဲပြားအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်တဲ့လူတွေဟာ ထောက်ခံစာတို့၊ အောင်လက်မှတ်တို့နဲ့လာတဲ့ လူစားမျိုးတွေမဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့်အလုပ်ကိုယ် တာဝန်သိသိ လုပ်တဲ့လူတွေ။

မက်စ် လူကာဒို

What you discover on your own is always more exciting than what someone else discovers for you–it's like the difference between romantic love and an arranged marriage.

— *TERRENCE RAFFERTY*

ကိုယ်တိုင်ရှာ

ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ရှာဖွေတွေ့ရှိတာဟာ သူများက ကိုယ့်အတွက် ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပေးလို့ တွေ့ရတာထက် အမြဲတမ်းပိုပြီး စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ကောင်းတယ်။ ချစ်လို့ကြိုက်လို့ယူတာနဲ့ လူကြီးတွေအတင်းပေးစားလို့ ညားတာနဲ့ မတူသလိုပဲပေါ့။

တဲရင့်စ် ရက်ဖာတီ

The greatest good you can do for another is not just to share your riches, but to reveal to him his own.

— BENJAMIN DISRAELI

စောင့်ရှောက်ခြင်း

သူတစ်ပါးကို အတိုင်းထက်အလွန်
စောင်မကြည့်ရှုချင်တယ်ဆိုရင်
ကိုယ့်စီးပွားကို ဝေမျှပေးရုံနဲ့မရဘူး၊
သူ့စီးပွားသူလုပ်တတ်အောင်
လမ်းပြပေးဖို့လည်းလိုတယ်။

ဘင်ဂျမင် ဒစ္စရေလီ

Talent is the gift plus the passion – a desire to succeed so intense that no force on earth can stop it.

— NEIL SIMON

ပါရမီ

ကမ္ဘာပေါ်မှာ
ဘယ်လိုအင်အားမျိုးသုံးပြီးတားတား၊
တားမနိုင်ဆီးမရလုပ်မယ့် စွဲလမ်းစိတ်နဲ့
ပေါင်းပေးလိုက်တဲ့ ဘဝရဲ့လက်ဆောင်ကို
ပါရမီလို့ခေါ်တယ်။

နေးလ် ဆိုင်မွန်

Anyone can do any amount of work, provided it isn't the work he is supposed to be doing at that moment.

— ROBERT BENCHLEY

သာသာထိုးထိုး

ဘယ်သူမဆို သူ့အတိုင်းအတာနဲ့သူ အလုပ်လုပ်ကိုင်နေတုန်း အခိုက်အတံ့မှာ၊ ဒါသူလုပ်ချင်သလောက် မဟုတ်သေးဘူးလို့ သာသာထိုးထိုး၊ ပြောတတ်ကြတာချည်းပဲ။

ရောဘတ် ဘင့်ချ်လေ

The most important lesson you can learn from winning is that you can.

— DAVE WEINBAUM

အောင်ပွဲ

အောင်ပွဲကနေရနိုင်တဲ့ အရေးအကြီးဆုံး သင်ခန်းစာကတော့ ကြိုးစားရင် ကိုယ်လည်းအောင်ပွဲဝင်နိုင်တယ်ဆိုတာပဲ။

ဒေ့ဗ် ဝိန်းဘောမ်

If you can't excel with talent, triumph with effort.

— ***DAVE WEINBAUM***

တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်း

ပါရမီနဲ့ မထွန်းကားနိုင်ရင်
ဝီရိယနဲ့ အောင်ပွဲခံပါ။

ဒေ့ဗ် ဝိန်းဘောမ်

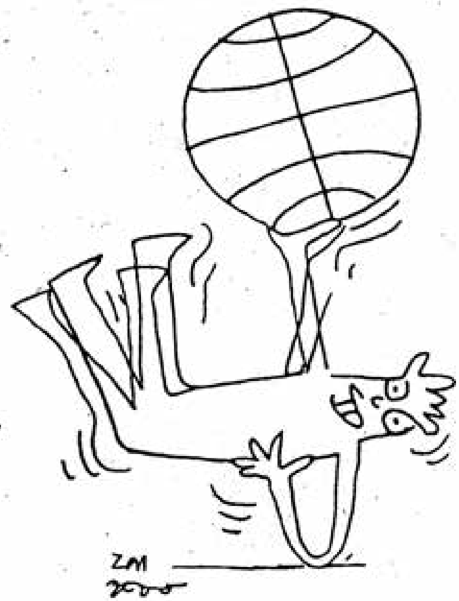
Work is a mysterious thing; many of us claim to hate it, but it takes a grip on us that is so fierce that it captures emotions and loyalties we never knew were there.

— ***BOB GREEN***

အလုပ်

အလုပ်ဆိုတာလျှို့ဝှက်ဆန်းကြယ်တဲ့ အရာပါ။ ကျွန်တော်တို့ အတော်များများက သူ့ကိုမုန်းဖို့ကောင်းတယ်လို့ ဆိုကြတယ်။ ဒါပေမယ့် သူက ကျွန်တော်တို့ကို ခပ်ကြမ်းကြမ်း ဆုပ်ညှစ်ထားတာမို့ သူ့အမိအရ ဖမ်းယူလာတဲ့ ပီတိသောမနသသတွေ၊ သစ္စာစောင့်သိမှုတွေ သူ့လက်ထဲရှိနေမှန်း ကျွန်တော်တို့ မသိလိုက်ကြဘူး။

ဘော့ဘ် ဂရိုးန်



Let him that would move the world,
first move himself.

— SOCRATES

လူစွမ်းလူစ

တစ်လောကလုံး ကိုင်လှုပ်ပစ်မယ်ဆိုတဲ့လူကို
သူ့ကိုယ်သူ အရင်ကိုင်လှုပ်ပါစေဦး။

ဆိုကရေးတီးစ်

5. Where there is a will, there is a way.

ဆန္ဒရှိနေသော နေရာတွင် နည်းလမ်းရှိသည်။

There is always some way of performing a difficult task if one has enough will and determination.

ဝိရိတွင် လုံလောက်သောဆန္ဒနှင့် နိုင်မာသော ဆုံးဖြတ်ချက် ရှိနေပါက ခက်ခဲသောအလုပ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် နည်းလမ်းရှိနေစမြဲဖြစ်သည်။

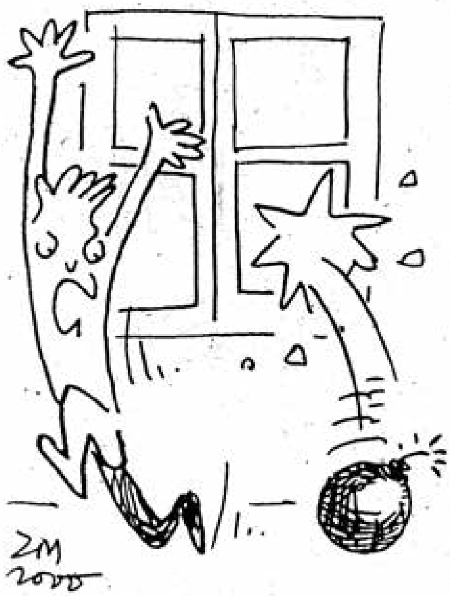
The choice of how to make one's living is crucial, for the work a man does makes him what he will become. The blacksmith pounds the anvil, but the anvil also pounds the blacksmith. The clam's shell turns golden in the brown depths of the ocean, and in far more subtle ways is a man's mind coloured by the course of his life. So when a man chooses his labour, he chooses his future self.

— ROBERT RUSSELL

အသက်မွေးမှု တစ်ခုပညာ

လူတစ်ယောက်အနေနဲ့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပုံ နည်းလမ်း ရွေးချယ်တာ အင်မတန်အရေးကြီးတယ်။ ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ ကိုယ့်အလုပ်အကိုင်က ကိုယ်ဘယ်လို လူဆိုတာ ပုံဖော်ပေးတာကိုး။ ပန်းပဲသမားက ပေတုံးကို ထုသလို၊ ပေတုံးကလည်း ပန်းပဲသမားကို ပြန်ထုတာပဲ။ သမုဒ္ဒရာအောက်ခြေ မှောင်မည်းမည်းရေနက်ထဲမှာ ကမာကောင်တွေရဲ့အခွံဟာ ရွှေရောင်ပြောင်းသွားကြတယ်။ လူ့စိတ်နှလုံးကျတော့ သူ့ဘဝလမ်းကြောင်းအရ ဒီ့ထက် သိမ်မွေ့တဲ့နည်းတွေနဲ့ အရောင်ပြောင်းတယ်။ ဒါကြောင့် လူတစ်ယောက်ဟာ အလုပ်တစ်ခုကို ဝါယမစိုက်လုပ်ဖို့ ရွေးလိုက်ပြီဆိုတာနဲ့ သူ့အနာဂတ်ကိုပါ သူတစ်ပါတည်း ရွေးလိုက်ရာရောက်တယ်။

ရောဘတ် ရပ်ဆဲလ်



A window of opportunity won't open itself.

— DAVE WEINBAUM

အခွင့်အလမ်းဆိုတဲ့ပြတင်းတံခါး

အခွင့်အလမ်းဆိုတဲ့ ပြတင်းတံခါးဟာ
သူ့အလိုလို ပွင့်မလာဘူး။

ဒေ့ဗ် ဝိန်းဘောမ်

If a window of oppportunity appears, don't pull down the shade.

— ***TOM PETERS.***

အခွင့်အရေး

အခွင့်အရေး ပြတင်းတံခါးပွင့်လာရင်
ခန်းဆီးစကို ဆွဲ မချလိုက်ပါနဲ့။

တော်မ် ပီးတားစ်

We are made to persist. That's how we find out who we are.

— ***TOBIAS WOLFF***

မလျှော့တမ်းကြိုးစား

မလျှော့တမ်း ကြိုးစားဖို့၊ ကျုပ်တို့လူဖြစ်လာတာ။
ဒီနည်းနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဘာကောင်ဆိုတာ
ကျုပ်တို့သိရတာပါ။

တိုဘိုင်းယက်စ် ဝုလ်ဖ်

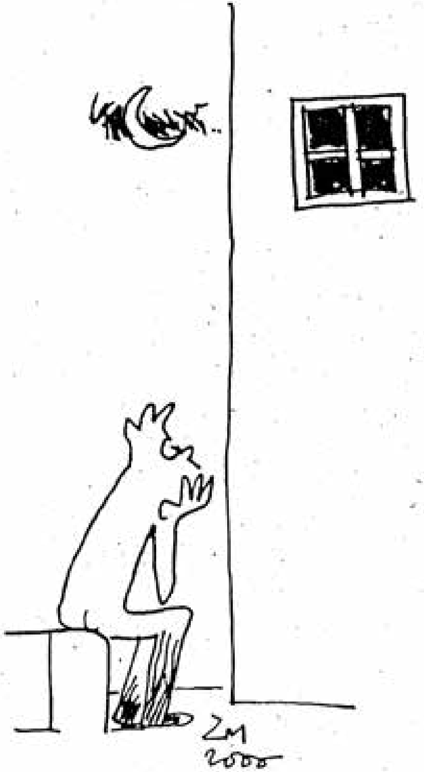
Procrastination is like a credit card:
it's a lot of fun until you get the bill.

— CHRISTOPHER PARKER

နေ့ရွှေ့ ညရွှေ့

အချိန်ရွှေ့တယ်၊ အီလေးဆွဲတယ်ဆိုတာ စျေးကိုအကြွေးဝယ်လို့ရတဲ့ အကြွေးဝယ်ကတ်နဲ့ တူတယ်။ စာရင်းတက်မလာသေးသမျှတော့ ဝယ်လို့ခြမ်းလို့ တယ်ကောင်းတာပဲ။

ခရစ္စတိုဖာ ပါကား



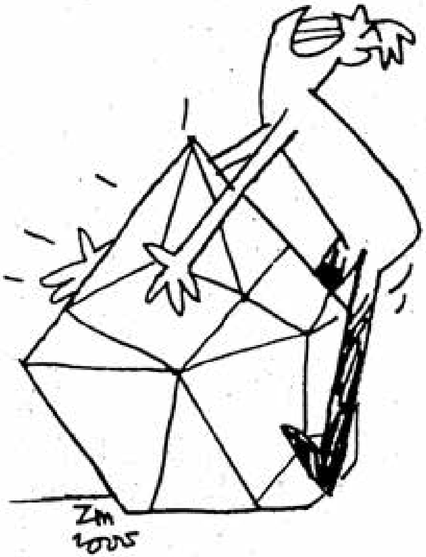
Hope is a good thing–maybe the best thing, and no good thing ever dies.

— STEPHEN KING

မျှော်လင့်ချက်

မျှော်လင့်ချက်ဆိုတာ ကောင်းတာပဲ။
အကောင်းဆုံးသာ ဖြစ်အောင်လုပ်။
ကောင်းတာမှန်ရင် သေပျောက်ရိုးထုံးစံမရှိဘူး။

စတီဖင် ကင်း



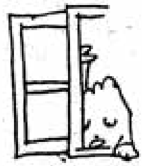
We are never prepared for what we expect.

— JAMES A. MICHENER.

မျှော်လင့်ရုံသက်သက်

ကျုပ်တို့က
ကိုယ်မျှော်လင့်တာအတွက်
ကြိုတင်ပြင်ဆင် မထားတတ်ကြဘူး။

ဂျိမ်းစ် အေ၊ မီချေနာ



Doing the best at this moment puts you in the best place for the next moment.

— OPRAH WINFREY

တခဏ

ခု တခဏမှာ -
အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်နေတာက
နောက် တခဏ အတွင်း
ကိုယ့်ကို အကောင်းဆုံးနေရာ ရောက်အောင်
ပို့ဆောင်ပေးမှာပါ။

အော့ပရာ ဝင်းဖရေး

1. **Walls have ears.**

နံရံတွေမှာ နားရှိကြသည်။

When speaking of secret or very important private affairs, be sure that no enemy can hear you.

လျှို့ဝှက်ချက်ကို သို့မဟုတ် အလွန်အရေးကြီးသော ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စကို ပြောဆိုသောအခါ ရန်သူမကြားနိုင်အောင် သေချာပါစေ။

What is said may be heard by someone listening in the next room or behind a wall.

ကပ်နေသောအခန်းထဲမှ သို့မဟုတ် နံရံနောက်မှ နားထောင်နေသူသည် ပြောဆိုလိုက်သောစကားကို ကြားသွားနိုင်သည်။

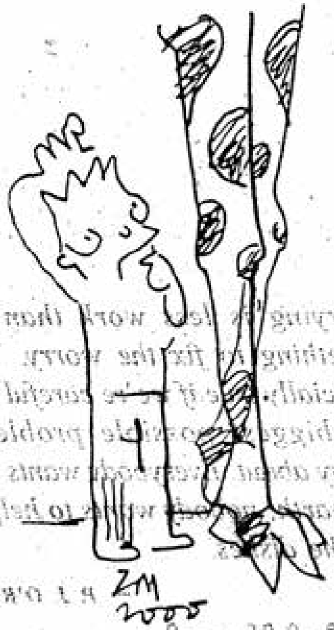
Worrying is less work than doing something to fix the worry. This is especially true if we're careful to pick the biggest possible problems to worry about. Everybody wants to save the earth; nobody wants to help Mom do the dishes.

— ***P. J. O'ROURKE:***

ကမ္ဘာနဲ့ချီပြီး စိုးရိမ်နေရလို့

စိုးရိမ်သောကဆိုတာ သူ့ကိုဖြေဖျောက်စရာ ရှာနေရတာနဲ့ပဲ၊ အလုပ်ဘက်မှာ မတွင်ကျယ်တော့ဘူး။ အထူးသဖြင့် စိုးရိမ်မကင်းဖြစ်လောက်တဲ့ ပြဿနာကြီးကြီးတွေကို ဂရုတစိုက် ကိုင်တွယ်နေရပြီဆိုရင် ပိုမှန်တယ်။ ကမ္ဘာကြီးကို ကယ်တင်ရမယ်ဆို လုပ်ချင်လိုက်တာ လူတိုင်းပါပဲ။ မအေကို ပန်းကန်ခွက်ယောက်ကလေး ကူဆေးပေးဖို့ကျတော့ လုပ်ချင်တဲ့လူ ဘယ်မှာရှိလို့လဲ။

ပီ၊ ဂျေ၊ အိုရိုးကေး



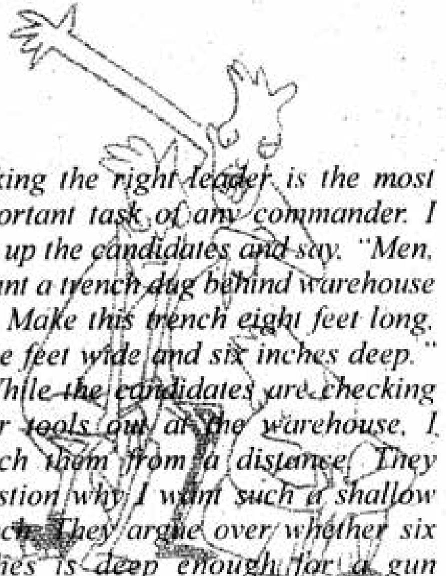
Sometimes facing opportunity is like staring at the knees of a giraffe.

— ***LAURIE BETH JONES***

အခွင့်အလမ်းဆိုပေမယ့်

တစ်ခါတစ်ခါ အခွင့်အလမ်းနဲ့ မျက်နှာချင်းဆိုင်ရတာက သစ်ကုလားအုတ် ဒူးခေါင်းကို စိုက်ကြည့်နေရသလိုပါပဲ။

လော်ရီ ဘက်သ် ဂျုံးစ်



Picking the right leader is the most important task of any commander. I line up the candidates and say, "Men, I want a trench dug behind warehouse ten. Make this trench eight feet long, three feet wide and six inches deep."

While the candidates are checking their tools out at the warehouse, I watch them from a distance. They question why I want such a shallow trench. They argue over whether six inches is deep enough for a gun emplacement. Some complain that such a trench should be dug with power equipment. Others gripe that it is too hot or too cold to dig. If the men are above the rank of lieutenant, there will be complaints that they should not be doing such lowly labor. Finally, one man will order, "What difference does it make what that old S.O.B wants to do with this trench! Let's get it dug and get out of here."

That man will get the promotion. Pick the man who can get the job done!

— ***GEN. GEORGE S. PATTON, JR.***

ခေါင်းဆောင်ရွေးနည်း

စစ်ဦးစီးတစ်ယောက်အဖို့ ခေါင်းဆောင်ကောင်းရအောင် ရွေးရတာဟာ အင်မတန်အရေးပါတဲ့ အလုပ်ကြီးတစ်ခုပဲ။ ရွေးရမယ့်လူတွေကို တန်းစီခိုင်းပြီး၊ ကျုပ်က ပြောလိုက်တယ်။ 'ငါ့လူတို့၊ ကုန်ရုံတစ်ဆယ် နောက်ဘက်မှာ ကတုတ်ကျင်းတစ်ကျင်း တူးချင်တယ်။ အရှည်ရှစ်ပေ၊ အကျယ်သုံးပေ၊ အနက်ခြောက်လက်မရှိတဲ့ ကတုတ်ကျင်းဖြစ်ပစေ"။

အရွေးခံမယ့်လူတွေ ကုန်ရုံထဲက ပစ္စည်းတွေ ထုတ်ပြီး စစ်ဆေးနေကြတုန်းမှာ သူတို့ကို မလှမ်းမကမ်းကနေ ကျုပ် အကဲခတ်ကြည့်တယ်။ ကျုပ်က ဘာ့ကြောင့် ဒါလောက်တိမ်တဲ့ ကတုတ်ကျင်းကို တူးချင်ရတာလဲလို့ သူတို့ချင်းမေးကြတယ်။ ကျင်းအနက်က ခြောက်လက်မလောက်နဲ့ သေနတ်နေရာချလို့ ဖြစ်ပါ့မလားဆိုပြီး ငြင်းတဲ့လူကငြင်း၊ ဒီလိုကျင်းမျိုးက အားကောင်းတဲ့ကိရိယာနဲ့ တူးမှဖြစ်မှာပေါ့လို့ ညည်းတဲ့လူက ညည်းကြတယ်။ ကျင်းတူးမယ့်အရေး ပူသေးလို့၊ အေးလွန်းလို့နဲ့ တရှုံ့မဲ့မဲ့ လုပ်နေသူတွေလည်းရှိတယ်။ အဲ . . ဗိုလ်အဆင့်ရဲ့အထက် ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ ဒီလောက်အဆင့်နိမ့်တဲ့ ကာယအလုပ်မျိုး သူတို့ကို မခိုင်းသင့်ပါဘူး၊ ဘာညာနဲ့ ဗျစ်တောက်ဗျစ်တောက် လုပ်နေကြတယ်။ နောက်ပိတ်ဆုံးမှာ တစ်ယောက်က ထပြီး၊ အမိန့်သံပါပါ ပြောလိုက်တယ်။ "ဒီကတုတ်ကို ဟို အဖိုးကြီးက ဘာကိစ္စတူးခိုင်းတာလဲဆိုတာသိတော့ ဘာအကြောင်းထူးမှာလဲ။ တူးစရာရှိ တာမြန်မြန်တူးကြ၊ ပြီးရင်သွားရုံပဲ"

အဲဒီလူကို ရာထူးပေးရမယ်။ လူရွေးမယ်ဆို အလုပ်ပြီးစီးအောင် လုပ်တတ်တဲ့လူမျိုးကိုသာရွေး။

ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဂျော့ချ် အက်စ်၊ ပက်တန် (ဂျူနီယာ)

Perhaps the most valuable result of all education is the ability to make yourself do the thing you have to do, when it ought to be done, whether you like it or not; it is the first lesson that ought to be learned; and however early a man's training begins, it is probably the last lesson that he learns thoroughly.

— ***THOMAS HENRY HUXLEY***

ပထမဦးဆုံးနဲ့ နောက်ဆုံးသင်ခန်းစာ

ပညာသင်ကြားရေးမှန်သမျှရဲ့ အဖိုးအတန်ဆုံးရလဒ်က ကိုယ်လုပ်စရာရှိတဲ့အလုပ်ကို ပြီးစီးအောင် လုပ်ဖို့လိုအပ်လာတဲ့ အချိန်မှာ ကိုယ့်အကြိုက်ဟုတ်ဟုတ်၊ မဟုတ်ဟုတ် ဖြစ်အောင်လုပ်နိုင်တဲ့ အရည်အချင်းပဲလို့ ဆိုရမယ်။ ဒါဟာ တတ်အောင်သင်ရမယ့် ပထမဦးဆုံး သင်ခန်းစာ ဖြစ်တယ်။ ပြီးတော့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ သင်တန်းကာလ အနေနဲ့ စ,တာ ဘယ်လောက်စောသေးတယ်ပဲ ဆိုဆို၊ ကျေကျေညက်ညက်သင်ယူရမယ့် နောက်ဆုံးသင်ခန်းစာ ဆိုလည်းဟုတ်တယ်။

သောမတ်စ် ဟင်နရီ ဟပ်စလေ

အပြုံးစကား

If you smile when no one else is around, you really mean it.

— ***ANDY ROONEY***

အစစ်ပွါယ်ပါတဲ့အပြုံး

အနားမှာဘယ်သူမှ မရှိတုန်းပြုံးမိသလား၊
အဲဒါမှ တကယ့်အစစ်ပွါယ်ပါတဲ့အပြုံး။

အင်ဒီ ရူးနေး

Happiness is a perfume you cannot pour on others without getting a few drops on yourself.

— ANON.

ပျော်ရွှင်မှု မွှေးနံ့သာ

ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ ကိုယ့်ကိုယ်ပေါ်
တစ်စက်နှစ်စက် မဆွတ်ဘဲနဲ့
သူများအပေါ် သွန်းဖျန်းလို့မရနိုင်တဲ့
ရေမွှေးနံ့သာ။

အမည်မသိ

You can't stay mad at somebody who makes you laugh.

JAY LENO

ရယ်ဟ ရယ်ဟနဲ့ပဲ . . .

ကိုယ့်ကိုရယ်ရအောင် လုပ်ပေးတဲ့လူ့အနားမှာ
အရှုံးတစ်ပိုင်း ဖြစ်မနေစေနဲ့။

ဂျေး လီနို

If you can't convince them, confuse them.

— HARRY S. TRUMAN

မမှတ်မိရင်

လူတွေကို ကောင်းကောင်းမမှတ်မိရင်
ရောသာကြိတ်လိုက်ပါ။

ဟယ်ရီ အက်စ်၊ ထရူးမင်း

Humor can be an incredible, lacerating and effective weapon.

— CARL HIAASEN

ဟာသလက်နက်

ဟာသဆိုတာ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်တဲ့၊
ဝေဒနာကို ခွာချပစ်နိုင်တဲ့၊
ထိရောက်တဲ့ လက်နက်တစ်ပါးပဲ။

ကားလ် ဟိုင်ယားဆန်

There's nothing like a gleam of humor to reassure you that a fellow human being is ticking inside a strange face.

— ***EVA HOFFMAN***

ဟာသမြောက်တာ

သူတို့ကိုယ်လိုလူက
ရုပ်ပြောင်းရုပ်လွှဲ မျက်နှာဖုံးစွပ်လာတာကို
ကိုယ့်စိတ်ထဲသိကွဲအောင် လုပ်ပေးတာလောက်
ဟာသမြောက်တာ ဘာမှမရှိဘူး။

အီဗာ ဟော့ဖ်မန်း

Eccentricity is like having and accent. It's what other people have.

— ***OLIVER SACKS.***

နဖူးချိုပေါက်ရင်

နဖူးချိုပေါက်ရင်တော့ သူများထက်ထူးတယ် ထင်မယ်။ ဒီချိုလောက်တော့ သူများတကာမှာလည်း ရှိကြတာချည်းပဲ။

အော်လီဗာ ဆက်ခ်

Happiness is not a state to arrive at, but a manner of traveling.

— ***MARGARET LEE RUNBECK***

ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ

ပျော်ရွှင်မှုဆိုတာ
ဒုတ်ဒုတ်ထိ အရောက်သွားရတဲ့နေရာ
မဟုတ်ဘူး။
သွားရလာရတဲ့ အလေ့အထကို ဆိုလိုတာ။

မာဂရက် လီး ရန်းဘက်

When one door of happiness closes, another opens; but often we look so long at the closed door that we do not see the one that has been opened for us.

— ***HELEN KELLER***

ပျော်ရွှင်မှုတံခါး

ပျော်ရွှင်မှုတံခါး တစ်ချပ်ပိတ်သွားတဲ့အခါ နောက်တစ်ချပ်ပွင့်လာတယ်။ ဒါပေမယ့် ကျွန်မတို့က ပိတ်သွားတဲ့တံခါးကိုသာ အကြာကြီးကြည့်နေကြတော့၊ ကျွန်မတို့အတွက် ပွင့်လာတဲ့ နောက်တစ်ခါးတစ်ချပ်ကို မမြင်မိကြတော့ဘူးပေါ့။

ဟယ်လင် . ကဲလား

The art of happiness, like that of bicycling, should be learnt as early as possible. The balance, the unconscious poise, the effortless adjustment, do not come naturally to those who have never known them in childhood.

— ***MARGARET KENNEDY***

ပျော်ပျော်နေတတ်ဖို့

ပျော်ပျော်နေတတ်ဖို့ဆိုရင် စက်ဘီးစီးသင်သလို၊ စောနိုင်သမျှ စောစောသင်ရမယ်။ ဟန်ချက်သိတာ၊ သူ့အလိုလို ထိန်းသွားတာ၊ အားမစိုက်ရဘဲ ညှိယူသွားတာတွေဟာ ကလေးဘဝကတည်းက မသင်ခဲ့ဘဲနဲ့ အလိုလို တဝ် မလာဘူး။

မာဂရက် ကနေဒီ

The world is a looking glass, and gives back to every man the reflection of his own face. Frown at it, and it will in turn look sourly upon you; laugh at it and with it, and it is a jolly, kind companion.

— ***THACKERAY***

လောကကြေးမုံ

လောကကြီးဟာ ကြည့်မှန်တစ်ချပ်ပဲ။ ကြည့်တဲ့လူရဲ့ မျက်နှာကို ပြန်ပြီး ထင်ဟပ်ပြတယ်။ မဲ့ကြည့်၊ သူကလည်း ကိုယ်ကို တူးတူးခါးခါး ပြန်ကြည့်လိမ့်မယ်။ ပြုံးကြည့်လိုက်ရင် သူကလည်း တပြုံးပြုံးနဲ့၊ ပျော်ပျော်ပါးပါး ထောက်ထားတတ်တဲ့ အပေါင်းသင်းရောင်းရင်းကြီး ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

သက္ကရေး

Laugther and tears are both responses to frustration and exhaustion. I myself perfer to laugh, since there is less cleaning up to do afterward.

— ***KURT VONNEGUT***

အပြုံးနဲ့မျက်ရည်

အတားအဆီးနဲ့ ပင်ပန်းဆုတ်နစ်မှုကို တုံ့ပြန်ရာမှာ အပြုံးနဲ့မျက်ရည် ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိတယ်။ နောက်ပိုင်းမှာ အစီအစဉ်ကျဖို့ လမ်းသိပ်မမြင်တဲ့အတူတူ ကျွန်တော့်သဘောဆို ရယ်မောပစ်လိုက်တာပဲ ပိုကြိုက်တယ်။

ကတ် ဗွန်းဂတ်

သစ္စာစကား

Being defeated is often a temporary condition. Giving up is what makes it permanent.

— ***MARILYN VOS SAVANT***

အရေးနိမ့်တယ်ဆိုတာ

အရေးနိမ့်တယ်ဆိုတာ
ဖြစ်တတ်တဲ့ ယာယီအခြေအနေပါ။
အရှုံးပေးလိုက်ရင်တော့
အမြဲတမ်းအရေးနိမ့်သွားမှာပဲ။

မေရီလင်း ဗော့စ် ဆာဗဲန့်တ်

People who believe a problem can be solved tend to get busy solving it.

— ***WILLIAM RASPBERRY***

ဖြေရှင်းနေရတဲ့ပြဿနာ

ပြဿနာတစ်ခုကို ဖြေရှင်းရင်ရမယ်လို့ ယုံကြည်သူတွေဟာ၊ အဲဒါကို ဖြေရှင်းနေရတာနဲ့ပဲ မအားနိုင်ကြတော့ဘူး။

ဝီလျံမ် ရက်စ်ဘယ်ရီ

Misers are no fun to live with, but they make great ancestors.

— ***TOM SNYDER***

ကပ်စေးနဲကြီးတွေ

မသုံးရက်၊ မစားရက်သူတွေရဲ့ ဘဝဟာ ပျော်စရာ မကောင်းပေမယ့်၊ အမွေအနှစ်ရှိတဲ့ ဘိုးကြီးဘွားကြီးတွေ ဖြစ်အောင် လုပ်နိုင်ကြတယ်။

တော်မ် စနိုင်းဒါး

Money is a singular thing. It ranks with love as man's greatest source of joy. And with death as his greatest source of anxiety.

— ***JOHN KENNETH GALBRAITH***

ငွေဆိုတာ

ငွေဆိုတာ ဆန်းတော့အဆန်းသား။
သူ့ကို လူ့ပီတိသုခ အရင်းမူလလို
အချစ်နဲ့တစ်တန်းတည်း ထားလည်းရတယ်။
နောက်ပြီး လူ့ပူပန်သောက ဇစ်မြစ်အစလို
သေမင်းနဲ့ တစ်တန်းတည်းထားမယ်ဆိုလည်း
ရတာပဲ။

ဂျွန် ကက်နက် ဂါးလ်ဘရိတ်သ်

Manners are just a formal experssion of how you treat pople.

— MOLLY IVINS

အမူအကျင့်

အမူအကျင့်ဆိုတာ တခြားမဟုတ်ဘူး၊
လူတွေကိုဆက်ဆံနေကျ
ကိုယ့် ကိုယ်ပိုင်အမူအရာတွေပဲ။

မော်လီ အစ်ဗင်းန်စ်

Modesty is the proof that morality is sexy.

— WENDY SHALIT

စာရိတ္တ

စာရိတ္တမှာ တဏှာရာဂမကင်းတာကို
ဖုံးဖိမြိုသိပ်မှုက သက်သေခံတယ်။

ဝင်ဒီ ရှားလစ်

Change is what keeps us fresh and innovative. Change is what keeps us from getting stale. Change is what keeps us young.

— ***RICK PITINO***

အပြောင်းအလဲ

လူတွေလန်းဆန်းအောင်၊
အသစ်ထွင်နိုင်အောင်လုပ်ပေးတာ
အပြောင်းအလဲပါ။
လူတွေ ရိုးအီမလာအောင်လုပ်ပေးတာ
အပြောင်းအလဲပါ။
လူတွေကို ငယ်ရွယ်ပျိုမျစ်အောင်လုပ်ပေးတာလည်း
အပြောင်းအလဲပါပဲ။

ရစ်ခ် ပီတီနို

Only if we are secure in our beliefs can we see the comical side of the universe.

— ***FLANNERY O'CONNOR***

ယုံကြည်မှုတွေ

ကိုယ့်ယုံကြည်မှုတွေနဲ့ကိုယ် လုံခြုံနေမှသာ
စကြဝဠာရဲ့ ရွှင်မြူးစရာဘက်ခြမ်းကို
မြင်နိုင်တွေ့နိုင် ကြလိမ့်မယ်။

ဖလန်နရီ အို ကော်နာ

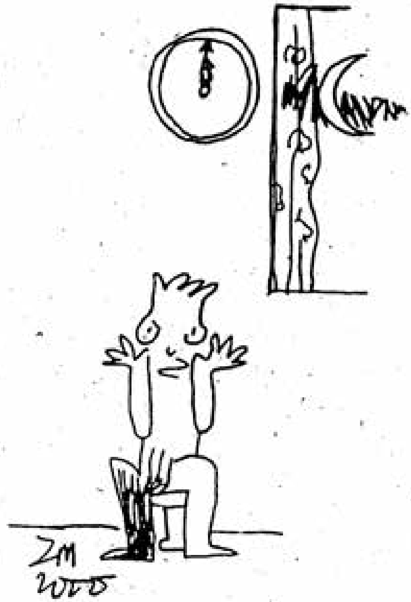
The trail is the thing, not the end of the trail. Travel too fast and you miss all you are traveling for.

— LOUIS L' AMOUR

လမ်းကြောင်းရာ

လမ်းကြောင်းရာဆိုတာ ခရီးအမှတ်အသားတစ်ခုပါ။ လမ်းကြောင်းနောက်မှာ အဆုံးသတ်ကျန်ခဲ့တာ မဟုတ်ဘူး။ ခရီးသွားတယ်ဆိုတာလည်း သိပ်မြန်လွန်းရင် တစ်လမ်းလုံး ဘာမျှသိလိုက်မှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

လူဝီ အယ်လ်၊ အာမာ



Today is always here. Tomorrow, never.

— TONI MORRISON

'ကနေ့' နဲ့ 'နက်ဖြန်'

ဟောဒီမှာလို့ အမြဲပြနိုင်တာ 'ဒီကနေ့' ပါ။ 'မနက်ဖြန်' ကျတော့ မပြသာ။

တိုနီ မောရစ်ဆင်

Souvenirs are perishable; fortunately, memories are not.

— ***SUSAN SPANO***

အမှတ်သည်းခြေ

အမှတ်တရပစ္စည်းတွေက ပျောက်ပျက်တတ်တယ်။
ကံကောင်းချင်တော့ အမှတ်သည်းခြေတွေက
မပျောက်ပျက်တတ်ကြဘူး။

ဆူဆန် စပါနို

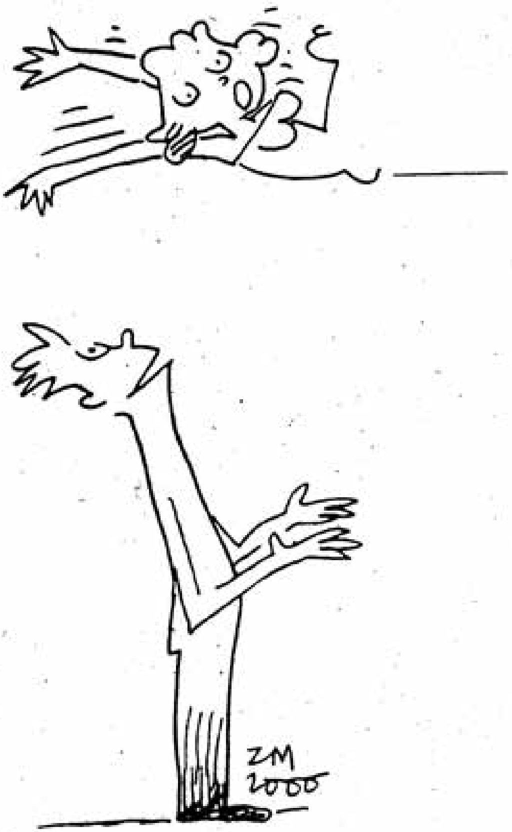
We cannot tempt fate without eventually getting scorched by it.

— ***ANA VECIANA-SUAREZ***

ကံကြမ္မာဆိုတာ

ကံကြမ္မာဆိုတာ သူ့လက်ချက်နဲ့ လူမှာဖြူခါပြာခါ
ကျမသွားမခြင်း ဖျောင်းဖျနားချလို့ မရနိုင်ဘူး။

အာနာ ဗေရှာနာ - ဆူဝါရေ့ဇ်



How fantastic is an unexpected victory.

— ***DAVE WEINBAUM***

မျှော်လင့်မထားတဲ့အောင်ပွဲ

မျှော်လင့်မထားတဲ့ အောင်ပွဲလောက်
ဆန်းကြယ်တာ ဘာရှိသေးသလဲ။

ဒေးဗ် ဝိန်းဘောမ်

*The water is **never** over the dam.*

— ***JUSTICE OLIVER WENDELL HOLMES***

ဆည်ပေါ်ကို ရေကျော်ရိုးမရှိဘူး။

တရားသူကြီး အော်လီဗာ ဝဲန်းဒဲလ် ဟုမ်းစ်

You can have it all. You just can't have it all at once.

— ***OPRAH WINFREY***

အကုန်ယူ

အကုန်ယူလို့ ရပါတယ်။
တစ်ခါတည်းတော့ ဘယ်အကုန်ယူလို့ရပါမလဲ။

အော့ပရာ ဝင်းဖရေး

ဆင်ခြင်တုံတရား

Each of us is given a pocketful of time to spend however we may. We use what we will. But we can never get back a day.

— ***ROGER WILCOX***

သုံးဖို့အချိန်တွေ

လူတိုင်းလူတိုင်း ကိုယ်ကြိုက်သလိုသုံးဖို့အချိန်တွေ
အိတ်ထောင်နဲ့တစ်လုံး ရထားကြတယ်။
သုံးချင်သုံး၊ ဖြုန်းချင်ဖြုန်း၊ သဘောပဲ။
ဒါပေမယ့် တစ်နေ့ကျ ပြန်ရမှာတော့ မဟုတ်ဘူးနော်။

ရော်ဂျာ ဝီးလ်ကော့ဇ်

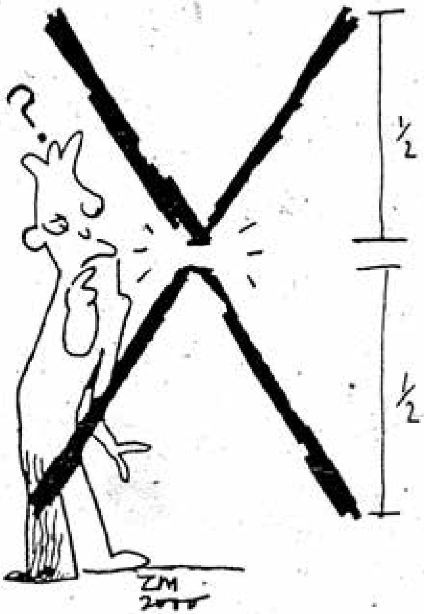
... istake has a halfway mome ... it-second when it can be recal... d perhaps remedied.

— PEARL S. BUCK

အမှားကြီးတစ်ခု

အမှားကြီးတစ်ခု မှားတော့မယ်ဆိုရင် ဟိုဘက်ဒီဘက် ဆတူဖြစ်တဲ့ အခိုက်အတံ့ကလေးရှိတယ်။ အဲဒီ အတိမ်းအစောင်းမခံတဲ့ စက္ကန့်ပိုင်းလေးကိုသာပြန်ပြီး အမှတ်ထင်ထင်ရှိမယ်ဆိုရင် ကုစားလို့ရနိုင်တယ်။

ပါးလ် အက်စ်၊ ဘတ်ခ်



Unsolicited advice is the junk mail of life.

— BERN WILLAMS

မတောင်းဘဲပေးတဲ့အကြံဉာဏ်

မတောင်းဘဲပေးတဲ့ အကြံဉာဏ်ဟာ
ဘဝမှာ လိပ်စာရှင် ရှာမတွေ့တဲ့
စား ပတစ်စောင်ပဲ။

ဘန်း ဝီလျမ်စ်

It's always helpful to learn from your mistakes because then your mistakes seem worthwhile.

— GARRY MARSHALL

အမှားထဲကသင်ခန်းစာ

ကိုယ့်အမှားကိုယ် သင်ခန်းစာယူတတ်ရင်
တစ်သက်လုံးအကျိုးများတယ်။
နောင်အခါ အဲဒီအမှားတွေက
တန်ဖိုးရှိလာမှာမို့ပဲ။

ဂါရီ မာရှယ်လ်

Avoid having your ego so close to your position that when your position falls, your ego goes with it.

— COLIN POWELL

အတ္တ

ကိုယ့်အတ္တကို ကိုယ့်အဆင့်၊ ကိုယ့်အနေအထားနဲ့ သိပ်ကပ်မထားမိစေနဲ့။ ကိုယ့်အဆင့်၊ ကိုယ့်အနေအထား ကျသွားတဲ့အခါ ကိုယ့်အတ္တပါ အတူပါသွားတတ်တယ်။

ကောလင်း ပါးဝဲလ်

We never really grow up, we only learn how to act in public.

— ***BRYAN WHITE***

ရင့်ကျက်တယ်မဆိုသာ

တကယ်တော့ ကျွန်တော်တို့ပြည့်ဝရင့်ကျက်မလာပါဘူး။ လူတောထဲမှာနေတတ်ထိုင်တတ်အောင် သင်ယူနေတာလောက်ပဲရှိပါတယ်။

ဘရိုင်ယန် ဝိုက်

Resentment is like taking poison and waiting for the other person to die.

— ***MALACHY MCCOURT***

ဒေါသစိတ်ဆိုတာ

ဒေါသစိတ်ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်က အဆိပ်သောက်ပြီး၊ သူများသေမှာကို စောင့်နေတာနဲ့ အတူတူပဲ။

မာလာခီ မက်ကုတ်

The truth that many people never understand, until it is too late, is that the more you try to avoid sufffering the more you suffer, because smaller and more insignificant things begin to torture you, in proportion to your fear of being hurt.

— *THOMAS MERTON*

အမှန်တရား

အချိန်အနှောင်းကြီး နှောင်းတဲ့အထိ လူအတော်များများ သဘောမပေါက်နိုင်တဲ့ အမှန်တရား တစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒါက ဒုက္ခတွေနဲ့ မလွတ်လွတ်အောင်ရှောင်လေ ဒုက္ခတွေနဲ့ ကျပ်ကျပ်တွေ့လေဆိုတာပဲ။ အကြောင်းကတော့ အနာတရဖြစ်မှာ ကိုယ်ဘယ်လောက် စိုးရိမ်ကြောက်လန့်နေသလဲဆိုတဲ့ အပေါ်တည်ပြီး၊ သူ့အချိုးအစားနဲ့သူ ဘာမဟုတ်တာလေးကလည်း ကိုယ့်ကို ဖြခြောက်နေမှာမို့လို့ပဲ။

သောမတ်စ် မာတင်

Holding on to anger only gives you tense muscles.

— ***JOAN LUNDEN***

ဒေါသ

ဒေါသကို မြဲမြဲဆုပ်ထားရင်
ကြွက်သားတွေတင်းတာပဲ အဖတ်တင်မယ်။

ဂျိုး လန်းဒဲန်း

Compassion and pity are very different. Whereas compassion reflects the yearning of the heart to merge and take on some of the suffering, pity is a controlled set of thoughts designed to assure separateness. Compassion is the spontaneous response of love; pity, the involuntary reflex of fear.

— ***PAUL C. ROUD***

စာနာတာနဲ့သနားတာ

စာနာတာနဲ့သနားတာ အပုံကြီးကွာတယ်။
စာနာတယ်ဆိုတာ အသည်းနှလုံးထဲကနေ
တမ်းတမ်းတတနဲ့ ဒုက္ခဆိုလည်းတစ်သားတည်း
မျှဝေခံစားတတ်တယ်။
သနားတယ်ဆိုတာကတော့
သူနဲ့ကိုယ်တခြားစီခွဲပြီး၊
ပုံစံကျစည်းစားထိန်းကွပ်ထားတဲ့ အတွေးတွေပါ။
စာနာစိတ်က
တိုက်တွန်းစရာမလိုတဲ့ မေတ္တာရဲ့တုံ့ပြန်မှု။
သနားစိတ်ကတော့
အကြောက်တရားရဲ့ သွေးလေဖြန်းတဲ့ ကျောချမ်းမှု။

ပေါလ် စီ၊ ရို့ဒ

The only factor becoming scarce in a world of abundance is human attention.

— ***KEVIN KELLY***

လူကိုအလေးထားမှု

ဝန်ပိနေတဲ့လောကမှာ တိုရေရှားရေ ဖြစ်လာနေတဲ့ တစ်ခုတည်းသော အချက်ကတော့ လူကိုအလေးထားမှုပဲ။

ကီဗင် ကယ်လီ

Too many people overvalue what they are not and undervalue what they are.

— MALCOLMS. FORBES

တွက်ကိန်းတွေ

လူအတော်များများက
ကိုယ့်မရှိတာကိုပိုတွက်ပြီး
ကိုယ့်ရှိတာကိုတော့
လျှော့တွက်တတ်ကြတယ်။

မယ်လ်ကွမ်း အက်စ်၊ ဖိုးဘိစ်

Each snowflake in an avalanche pleads not guilty.

— STANISLAW J. LEC

အပြစ်ကင်းသူပါ

နှင်းတောင်ပြိုရာပါလာတဲ့
နှင်းဖတ်တိုင်းက
သူ့အပြစ်မဟုတ်ကြောင်း
လျှောက်လဲချက်ပေးစမြဲပါ။

စတာနီစလော ဂျေ၊ လက်

Anger is a thief who steals away the nice moments.

— **JOAN LUNDEN**

အချိန်သူခိုး

အချိန်အခါ·ကောင်းလေးတွေကို အလစ်သုတ်ပြေးတတ်တဲ့ သူခိုးတစ်ယောက်ရှိတယ်။ ဒေါသ . . တဲ့။

ဂျိုးအန် လန်းဒဲန်

Most people have desire to look at the exception instead of the desire to become exceptional.

— **JOHN C. MAXWELL**

ခြွင်းချက်

လူများစုက
ခြွင်းချက်ထားတာကိုသာ
ရှာချင်စိတ်ရှိကြတယ်။
ခြွင်းချက်ထားရတဲ့လူ ဖြစ်ချင်စိတ်ကျတော့
မရှိကြဘူး။

ဂျွန် စီ၊ မက်စ်ဝဲလ်

The ego is the ugly little troll that lives underneath the bridge between your mind and your heart.

— ***DENNIS MILLER***

အတ္တမှင်စာ

အတ္တဆိုတာ -
ကိုယ့်စိတ်နဲ့ ကိုယ့်နှလုံးသားကြား
ခင်းထားတဲ့တံတားအောက်က
အကျည်းတန်မှင်စာလေးပါ။

ဒဲန်းနစ် မီးလား

မြင့်နိုးထွဋ် [redacted] ဇော်မောင်

Prejudice is a burden that confuses the past, threatens the future and renders the present inaccessible.

— ***MAYA ANGELOU***

အာဃာတ

အာဃာတဆိုတာ
အတိတ်ကိုရှင်းမရအောင်လုပ်၊
အနာဂတ်ကို ဓားကြိမ်းကြိမ်းပြီး၊
ပစ္စုပ္ပန်ကို သုံးမရတဲ့ဘဝရောက်အောင်
တင်ဆက်အသုံးတော်ခံတဲ့ ဆန်ကုန်မြေလေးကြီးပါ။

မာယာ အိန်ဂျလို

ချစ်ခြင်းစကား

Love doesn't just sit there, like a stone, it has to be made, like bread; remade all the time, made new.

— URSULA LE GUIN

အချစ်ဆိုတာ

အချစ်ဆိုတာ ကျောက်တုံးလို မတုန်မလှုပ် ငုတ်တုတ်နေတာမျိုး မဟုတ်ဘူး။ ပေါင်မုန့်လို ဖုတ်ယူရတယ်။ ဂျုံလုံးလိုက်၊ မုန့်ဖုတ်လိုက်နဲ့သာ တစ်ချိန်လုံးလုပ်နေ။ အမြဲတမ်း သစ်လွင်နေတာပဲ။

အာဆူလာ လေဂွင်

Those who don't know how to weep with their whole heart, don't know how to laugh either.

— GOLDA MEIR

နှစ်နှစ်ကာကာ

ရင်ထဲအသည်းထဲက
လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ မငိုကြွေးတတ်တဲ့လူတွေ ဟာ
လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲလည်း မရယ်မောတတ်ကြပါဘူး။

ဂိုးလ်ဒါ မေယာ

If nature has made you a giver, your hands are born open, and so is your heart. And though there may be times when your hands are empty, your heart is always full, and you can give things out of that.

— FRANCES HODGSON BURNETT

အပေးသမား

ပင်ကိုသဘာဝအရ အပေးသမားဆိုတာ မွေးဖွားကတည်းက လက်ဆုပ်ကိုဖြေ၊ နှလုံးသားကိုဖွင့်ပြီး မွေးလာတတ်တယ်။ ပေးစရာမရှိအောင် လက်ချည်းဗလာဖြစ်နေတဲ့ အခါမျိုးတွေ ရှိပေမယ့်လည်း၊ နှလုံးသားကတော့ အမြဲပြည့်ဝနေတာမို့၊ အဲဒီအထဲကနေ ပေးစရာရှိတာတွေ ထုတ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

ဖရန်စစ် ဟော့ချ်ဆင် ဘားနက်

Nothing but the heart can change the heart.

— CARROLL O'CONNOR

အသည်းနှလုံး

အသည်းနှလုံးကို ပြောင်းလဲအောင်လုပ်နိုင်တာ အသည်းနှလုံးကလွဲလို့ တခြားဘာမှမရှိဘူး။

ကာရိုးလ် အိုကောနား

Love is how we feel toward those who show us that which is lovable about ourselves.

— ***GERRY SPENCE***

ချစ်စိတ်

အချစ်ဆိုတာ ကျွန်တော်တို့ဘာသာ
ချစ်သင့်ချစ်ထိုက်တာ ရှာတတ်အောင်
သွန်သင်ညွှန်ပြပေးတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအပေါ်
ထားမိတဲ့ စိတ်ခံစားမှုပါ။

ဂါရီ စပဲန့်စ်

The true opposite of love is not hate but indifference. Hate, bad it is, at least treats the neighbor as a ***thou****, whereas indifference turns the neighbor into an* ***it****, a thing. This is why we may say that there is actually one thing worse than evil itself, and that is indifference to evil. In human relations the nadir of morality, the lowest point as far as Christian ethics is concerned, is manifest in the phrase, "I couldn't care less."*

— ***JOSEPH FLETCHER***

3. When poverty comes in at the door, love flies out at the window.

ဆင်းရဲမွဲတေခြင်းက တံခါးမှဝင်လာသောအခါ ချစ်မေတ္တာသည် ပြတင်းပေါက်မှ ပျံသန်းထွက်ပြေးသည်။

Sudden poverty may ruin the happiness of a family; the wife may blame the husband and their love may not be strong enough to withstand misfortune.

ရုတ်တရက် ဆင်းရဲမွဲတေသွားခြင်းသည် မိသားစု ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မှုကို ပျက်စီးစေနိုင်သည်။ ဇနီးသည် ခင်ပွန်းအပေါ် အပြစ်တင်လာနိုင်သည်။ သူတို့မောင်နှံ၏ချစ်မေတ္တာသည် ကံဆိုးမှုကို ရင်ဆိုင်နိုင်လောက်အောင် မခိုင်မာနိုင်ချေ။

ပမာမခန့်

အချစ်ရဲ့တကယ့် ဆန့်ကျင်ဘက်က အမုန်းမဟုတ်ဘူး၊ ပမာမခန့်လုပ်တာ။ မကောင်းတာမှန်ပေမယ့် အမုန်းကမှ ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ်မှာ မင်းတစ်ခွန်း၊ နင်တစ်ခွန်းတော့ အနည်းဆုံးပြောနိုင်သေးတယ်။ ပမာမခန့်လုပ်ပြီဆိုရင်တော့ ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဝတ္ထုပစ္စည်းတစ်ခုလို 'ဒီကောင်' လို့ သဘောထားလာတတ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ မကောင်းမှုဆိုတာထက် တကယ်တမ်းပိုဆိုးတာ တစ်ခုရှိသေးတယ်။ အဲဒါကတော့ မကောင်းမှုကို ပမာမခန့်လုပ်တာပဲလို့ ပြောကြတာပေါ့။ လူလူချင်းဆက်ဆံရေးမှာ ကိုယ်ကျင့်တရားအရ အောက်တန်းအကျဆုံးဖြစ်တာကို ခရစ်ယာန်ကိုယ်ကျင့်အမြင်နဲ့ ဟပ်ပြီးပြောရရင် စကားလေးတစ်ခွန်းနဲ့ ပေါ်လွင်အောင်ပြောလို့ ရတယ်။ "နည်းနည်းလေးမှ ကျုပ်အရေးမစိုက်ဘူး" တဲ့။

ဂျိုးဇက် ဖလက်ချာ

We come to love not by finding a perfect person but by learning to see an imperfect person perfectly.

— ***SAM KEEN***

အချစ်နယ်မှာ

ကျုပ်တို့တွေ အချစ်နယ်ထဲ ဝင်လာတာဟာ ပြီးပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှာဖို့မဟုတ်ဘူး။ မပြည့်စုံတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ မြင်တတ်အောင် သင်ယူဆည်းပူးဖို့ပါ။

ဆမ် ကီးန်

There's nothing like a good family when you're really up a tree.

— ***CAROLYN HAX***

မိသားစုကောင်း

သစ်ပင်ပေါ်တက်ပုန်းရလောက်အောင် ဖြစ်တဲ့အချိန်မှာ မိသားစုကောင်းနဲ့ တန်းတူထားနိုင်တာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။

ကာရိုလင်း ဟက်စ်

The family is the essential presence - the thing that never leaves you, even if you find you have to leave it.

— ***BILL BUFORD***

မိသားစုဆိုတာ

မိသားစုဆိုတာ မရှိမဖြစ်တဲ့ သွင်ပြင်လက္ခဏာပဲ။
ကိုယ်ကသာ သူ့ကိုခွဲချင်ခွဲမယ်။
သူကကိုယ့်ကို ခွဲမသွားဘူး။

ဘီလ် ဘူးဖို့ဒ်

Friends are lights in winter; the older the friend, the brighter the light.

— ***ROGER ROSENBLATT***

ဆောင်းတွင်းမီးဖို

မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတွေဆိုတာ
ဆောင်းတွင်းမီးဖိုတွေပါ။
သူငယ်ချင်းတစ်ယောက်
အသက်အရွယ်ရလာလေ၊ မီးပိုရဲလေပဲ။

ရော်ဂျာ ရိုဆင်ဘလတ်

To receive a present handsomely and in a right spirit, even when you have none to give in return, is to give one in return.

— ***LEIGH HUNT***

လက်ခံတတ်ပါစေ

လက်ဆောင်တစ်ခုကို နှစ်နှစ်ကာကာနဲ့ မွန်မွန်ရည်ရည် လက်ခံတတ်ရင် ကိုယ့်မှာ ပြန်ပေးစရာ မရှိတဲ့တိုင်အောင် ပြန်ပေးဖြစ်လိုက်တာနဲ့ အတူတူပဲ။

လေး ဟန့်တ်

There is no security quite as comfortable and undemanding as the kind you feel among old friends.

— ***PETER BODO***

ငယ်ပေါင်းတွေ

ငယ်ပေါင်းတွေကြားမှာ
သက်သောင့်သက်သာနဲ့
အမိန့်ညြဇာမပါဘဲနေရတဲ့
ခံစားမှုလောက် လုံခြုံတာဘာမျှမရှိဘူး။

ပီတာ ဘိုဒို

There are 40 kinds of lunacy, but only one kind of common sense.

— ***AFRICAN PROVERB***

စိတ်ကောင်းစေတနာ

လောကမှာစိတ်ရူးအမျိုး ၄၀ ရှိတယ်။
ဒါပေမယ့် စိတ်ကောင်းစေတနာကတော့
တစ်မျိုးတည်းပဲရှိတယ်။

အာဖရိကစကားပုံ

သမိုင်းစကား

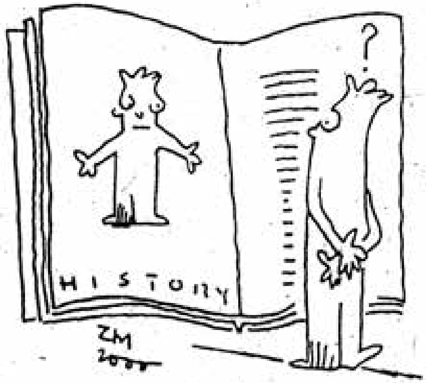
History never looks like history when you are living through it.

— JOHN GARDNER

သမိုင်းအမြင်

ကိုယ် ပါဝင်ပတ်သက်နေတုန်း ကာလမှာတော့ သမိုင်းဆိုတာ သမိုင်းနဲ့တူတယ်မထင်ရဘူး။

ဂျွန် ဂါ့ဒ်နာ



Reverence for the past is important,
but so is regard for the future.

— ***BRAD HERZOG***

အရေးကြီးတာတွေ

အတိတ်ကို ရိုသေတတ်ဖို့ အရေးကြီးသလို
အနာဂတ်ကို အရာထားဖို့လည်း အရေးကြီးတာပဲ။

ဘရက်ဒ် ဟားဇော့

The best way to predict the future is to create it.

— ***PETER F. DRUCKER***

အနာဂတ်

အနာဂတ်ကို ဟောကိန်းထုတ်ဖို့
အကောင်းဆုံးနည်းကတော့
အနာဂတ်ကို ဖန်တီးဖို့ပဲ။

ပီတာ အက်ဖ်၊ ဒရပ်ကား

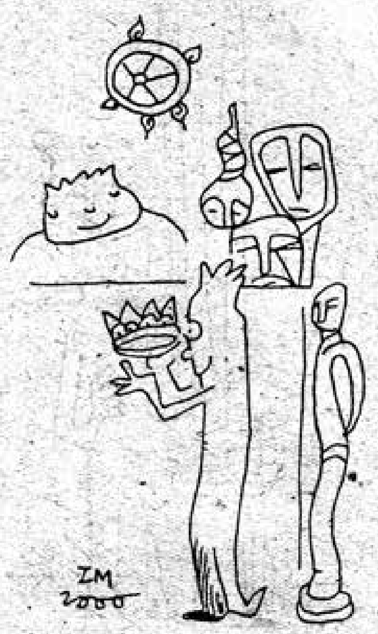
Nothing ages so quickly as yesterday's vision of the future.

— RICHARD CORLISS

ရှေ့ရေးနဲ့ပတ်သက်လာရင်

ရှေ့ရေးနဲ့ပတ်သက်လာရင် မနေ့ကအမြင်လောက် ဟောင်းလွယ်အိုလွယ်တာ မရှိဘူး။

ရစ်ချတ် ကောလစ်



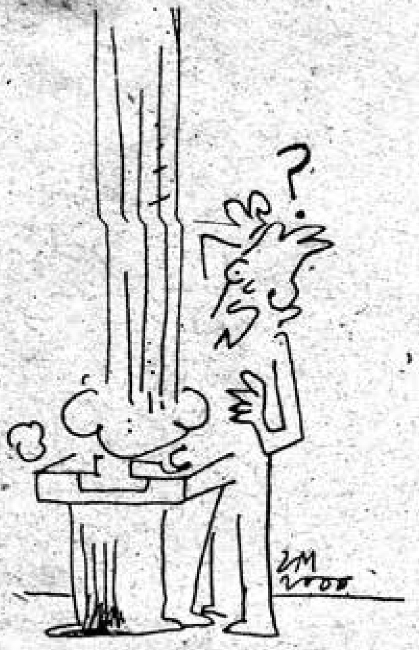
The world is progressing and resources are becoming more abundant. I'd rather go into a grocery store today than to a king's banquet a hunderd years ago.

— BILL GATES

ခေတ်သစ်တန်ဖိုး

ကမ္ဘာက ဖွံ့ဖြိုးပြီး၊ အရင်းအမြစ်တွေက ဆထမ်းပိုး တိုးလာနေတယ်။ ကျွန်တော်တော့ လွန်ခဲ့တဲ့ အနှစ်တစ်ရာက ရှင်ဘုရင့်ညည်ခံ ထမင်းစားပွဲတက်မယ့်အစား ဒီကနေ့ တိုလီမိုလီရောင်းတဲ့ အိမ်ဆိုင်ကလေးထဲသာ ဝင်သွားလိုက်ချင်တယ်။

ဘီလ် ဂိတ်စ်



Half of all scientific discoveries ever made were made in the 20th century. Creation is accelerating, and even the acceleartion appears to be accelerating.

— JOHN TEMPLETON

အရှိန်မြင့်တဲ့ခေတ်

သိပ္ပံဆိုင်ရာ ရှာဖွေတွေ့ရှိချက်မှန်သမျှရဲ့
ထက်ဝက်ဟာ ၂၀ ရာစုထဲမှာ ဖြစ်ခဲ့တာပါ။ -
ဖန်တီးမှုက အရှိန်မြင့်လာနေတယ်။
အရှိန်မြင့်နှုန်းဆိုတာတောင်မှ
အရှိန်မြင့်မြင့်နဲ့ ပေါ်ပေါက်နေလေရဲ့။

ဂျွန် တဲမ်ပဲလ်တန်

It is not necessary to imagine the world ending in fire or ice. There are two other possibilities: one is paper work, and the other is nostalgia.

— FRANK ZAPPA

ကမ္ဘာပျက်ကြောင်းတရား

ကမ္ဘာကြီး မီးသင့်ပြီးပျက်မလား၊
ရေခဲပြီးပျက်မလား
စဉ်းစားနေစရာ မလိုပါဘူး။
ဖြစ်နိုင်တာ နှစ်ခုရှိသေးတယ်။
တစ်ခုက စာနဲ့ပေနဲ့ရှုံးဆန်တာ၊
နောက်တစ်ခုက ခေတ် နောက်ပြန်ဆွဲတာ။

ဖရဲ့န်ခ် ဇက်ပါ

The definition of the golden age of anything is when you were there.

— JUSTICE ANTHONY M.KENNEDY

ရွှေခေတ်

ဘယ်ခေတ်ဖြစ်ဖြစ် ရွှေခေတ်လို့ အမိပ္ပါယ်ဖွင့်ချင်ရင် ကိုယ်တိုင်ပတ်သက်ခဲ့ဖူးတဲ့ ကာလဖြစ်ရမယ်။

တရားသူကြီး အန်ထော်နီ အမ်၊ ကနေဒီ

ဘဝစကား

The joy of life is made up of obscure and seemingly mundane victories that give us our own small satisfactions.

— BILLY JOEL

ဘဝသုခ

ဘဝရဲ့ပျော်ရွှင်မှုသုခဆိုတာ
ရပ်ထဲရွာထဲက အောင်မြင်မှုတွေလောက်နဲ့
မှုန်ဝါးဝါးတည်ဆောက် ယူရတာဖြစ်ပြီး
မဆိုစလောက် ကျေနပ်စရာလေးတွေနဲ့
ကိုယ့်ဟာကိုယ် ပြီးနေတာပါ။

ဘီလီ ဂျိုဝဲလ်

It's a funny thing about life: you refuse to accept anything but the best, you very often get it.

— W. SOMERSET MAUGHAM

အကောင်းဆုံးကလွဲရင် ဘာမျှလက်မခံနဲ့

ဘဝဆိုတာ
အတော်ရယ်ဖို့ကောင်းတယ်ဗျ။
အကောင်းဆုံးကလွဲရင်
ဘာမှလက်မခံဘူးလို့ ခင်ဗျားငြင်းကြည့်၊
အဲ - ရရောဗျို့ ခဏ-ခဏ။

ဒဗလျူ ဆမ္မားဆက် မော်မ်

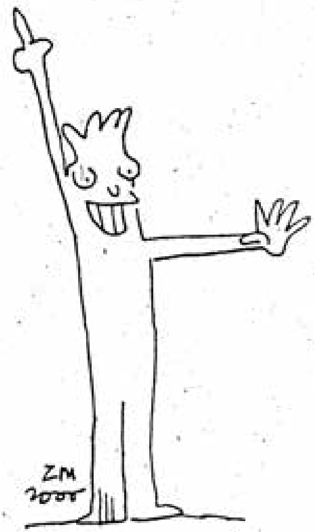
Change is not merely necessary to life.
It is life.

— ***ALVIN TOFFLER***

အပြောင်းအလဲဆိုတာ

အပြောင်းအလဲဆိုတာ
တကယ်တော့ဘဝအတွက်
လိုအပ်ချက်မဟုတ်ဘူး။
အပြောင်းအလဲ ဆိုတာကိုက ဘဝပဲ။

အယ်လ်ဗင် တော့ဖ်လာ



Each of us wages a private battle each day between the grand fantasies we have for ourselves and what actually happens.

— ***CATHY GUISEWITE***

တိုက်ပွဲကိုယ်စီ

ကျွန်မတို့တွေဟာ ကိုယ်လိုချင်တဲ့ ကောင်းမွေညွန့်မွေ ဆိုတာတွေနဲ့ ကိုယ်တကယ်တမ်း ရလာတာတွေကြားမှာ နေ့ရှိသမျှ ကိုယ်စီတိုက်ပွဲ ဆင်နွှဲနေရသူ ချည်းပါပဲ။

ကေသီ ဂိုက်စ်ဝိုက်

Everyone is an explorer. How could you possibly live your life looking at a door and not open it?

— ***ROBERT D. BALLARD.***

လှည့်လည်စူးစမ်းပါ

လူဆိုတာ သူသူငါငါ လှည့်လည်စူးစမ်းရသူပါ။ တံခါးကို ကြည့်ရုံသာ ကြည့်နေပြီး မဖွင့်ဘဲထားရင် ဘဝမှာ ဘယ်လို လုပ် နေလို့ထိုင်လို့ရပါ့မလဲ။

ရောဘတ် ဒီ၊ ဘဲလာ့ဒ်

Life does not have to be perfect to be wonderful.

— ***ANNETTE FUNICELLO***

ဘဝဆိုတာ

ဘဝဆိုတာ သြချယူရအောင် ပြီးပြည့်စုံတယ်ရယ်လို့ မရှိပါဘူး။

အဲနက် ဖူနီစယ်လို

On the dance floor, as in life, you're only as good as your partner.

— ***ROBIN MARANTZ***

ဘဝဇာတ်ခုံမှာ

ကပွဲကြမ်းပြင်ပေါ်မှာတော့ ကိုယ်နဲ့တွဲကဖော် အကကောင်းသလောက်ပဲ ကိုယ်လည်းကောင်းလိမ့်မယ်။ ဘဝမှာလည်း ဒီအတိုင်းပဲ။

ရော်ဘင် မာရဲန့်ဇ်

If I had my life to live over, I would try to make more mistakes. I would relax. I would climb more mountains and swim more rivers. I would go barefoot earlier in the spring and stay that way later in the autumn. I would have more dogs. I would ride more merry-go-rounds. I would pick more daisies.

I would have more actual troubles and fewer imaginary ones.

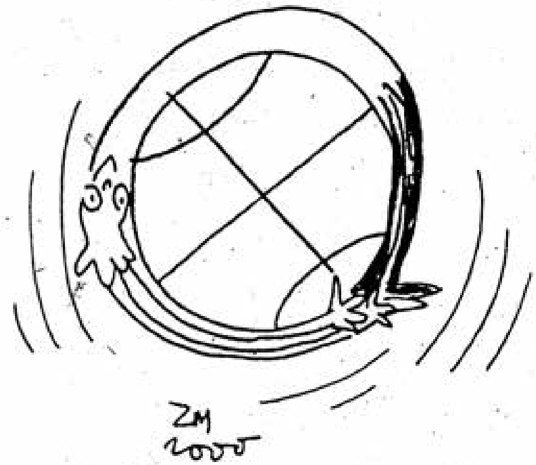
— ***DON HEROLD***

လက်တွေ့ဆန်ဆန်

ရှေ့ဆက်အသက်ရှည်ရှည် နေရဦးမယ်ဆိုရင်၊ ကျုပ်ကတော့ အမှားတွေထပ်လုပ်ဖို့ ကြိုးစားမှာပဲ။ နားတာလည်းနားမယ်။ တောင်တွေကိုလည်း ထပ်တက်ချင်တယ်။ မြစ်တွေဆိုလည်း ဖြတ်ကူးလိုက်ချင်သေးတယ်။ နွေဦးရောက်ခါစမှာ ဖိနပ်မစီးဘဲ လျှောက်သွားမယ်။ ဆောင်းဦးပေါက်တော့လည်း ဒီအတိုင်းပဲပေါ့။ ခွေးတွေလည်း ထပ်မွေးမယ်ဗျာ။ ခြားတွေ၊ ရဟတ်တွေတွေ့ရင် အထပ်ထပ်ပတ်စီးပစ်မယ်။ ဒေစီပန်းကလေးတွေဆို၊ ပိုလို့ပိုလို့တောင် ခူးလိုက်ချင်သေး။

ကျုပ်မှာ လက်တွေ့ကျတဲ့ ပြဿနာတွေ တိုးလာနိုင်တယ်။ အဲ - စိတ်ကူးယဉ်တာတွေကတော့ မရှိသလောက် နည်းမှာပဲ။

ဒွန် ဟာရယ်လ်ဒ်



The world is wide, and I will not waste my life in friction when it could be turned into momentum.

— ***FRANCES WILLARD***

အဟုန်ဖြစ်အောင်ပြောင်း

ကမ္ဘာက အကျယ်ကြီးပါ။
ကျုပ်ဘဝကို
အဟုန်အဖြစ်ပြောင်းပစ်နိုင်တဲ့အချိန်မှာ
ပွတ်အားနဲ့ ဖြုန်းမပစ်နိုင်ဘူး။

ဖရန့်စစ် ဝီးလာဒ်

There are two ways to slide easily through life, to believe everything or to doubt everything. Both ways save us from thinking.

— ALFRED KORZYBSKI.

လွဲချော်နိုင်တဲ့နည်း

ဘဝမှာ အလွယ်တကူလွဲချော်သွားနိုင်တဲ့
နည်းနှစ်နည်းရှိတယ်။
ဘာမဆိုယုံတာနဲ့ ဘာကိုမှမယုံတာ။
နှစ်နည်းစလုံးကြောင့်
လူမှာအစဉ်းစားအဆင်ခြင် ကင်းတတ်တယ်။

အဲလ်ဖရက် ကော်ဇစ်ဘ်စကီး

Virtually every important action in life involves educated guesswork. Too few chances reliably translate into too few victories.

— THOMAS W. HAZLETT

အရေးပါတဲ့လုပ်ဆောင်ချက်

ဘဝမှာအရေးပါတဲ့ လုပ်ဆောင်ချက်မှန်ရင် ပညာသား ပါပါ မှန်းရဆရတဲ့ သဘောရှိတယ်။ အင်မတန်ရခဲတဲ့ အခွင့်အရေးတွေကို အင်မတန်ရခဲတဲ့ အောင်ပွဲတွေဖြစ်သွားဖို့ အားကိုးနိုင်လောက်အောင် ဘာသာပြန်ပစ်ရမယ်။

သောမတ်စ် ဒဗလျူ ဟက်ဇ်လက်တ်

We all have big changes in our lives that are more or less a second chance.

— HARRISON FORD

နှစ်ထပ်ရှိမှ မှတ်မိတဲ့လူတွေ

ကျွန်တော်တို့အားလုံး ဘဝမှာ အပြောင်းအလဲကြီးတွေနဲ့ ကြုံကြတာမှန်ပေမယ့် အနည်းနဲ့အများ ဒုတိယအကြိမ် အခွင့်အလမ်းပေါ်မှ ပြောင်းဖြစ်ကြတာပါ။

ဟယ်ရီဆင် ဖို့ဒ်

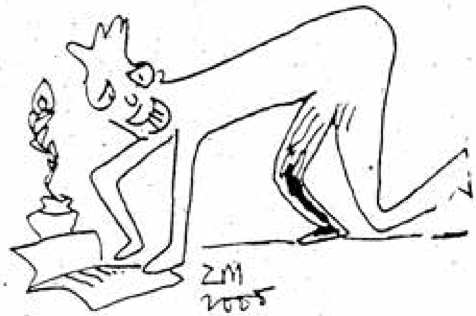
The way people move is their autobiography in motion.

— GERRY SPENCE

ကိုယ့်သမိုင်းကိုယ်ရေးမြဲ

လူတွေဘယ်ပုံလှုပ်ရှားကြသလဲ၊
အဲဒါ လှုပ်ရှားမှုနဲ့ရေးပြတဲ့
သူတို့ရဲ့ကိုယ်တိုင်ရေး အတ္ထုပ္ပတ္တိပဲ။

ဂါရီ စပဲန့်စ်



စာပေအနုပညာစကား

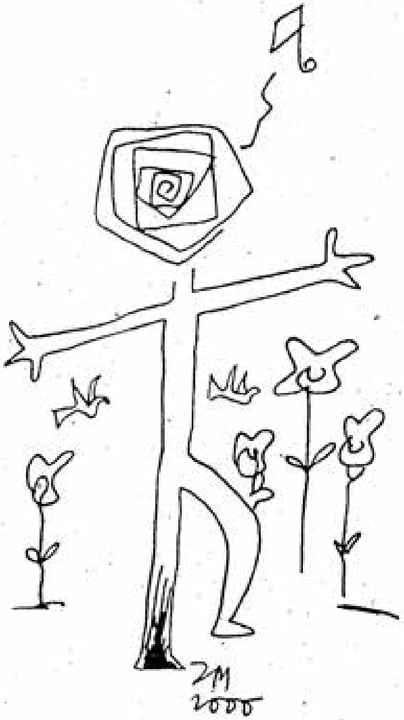
More than kisses, letters mingle souls.

— JOHN DONNE

စိတ်သဘောချင်းနှီးနှောဖို့

စိတ်သဘောချင်း နှီးနှောဖို့ကိစ္စမှာ
စာတွေက အနမ်းတွေထက်သာတယ်။

ဂျွန် ဒွန်း



Spring inspires much wonderlust, a lot of gardening and a little bit of bad poetry.

— BERN WILLIAMS

နွေဦး

နွေဦးဟာ ခြေဦးတည့်ရာ အင်မတန်သွားချင်တယ်။
ပန်းဥယျာဉ်တွေဆိုလည်း အင်မတန်ပြုစုချင်တယ်။
ကဗျာညံ့ညံ့တွေကျတော့ မဆိုစလောက်ကလေးပဲ
ဖွဲ့တတ်တယ်။

ဘန်း ဝီလျံမ်စ်

We're all only fragile threads, but what a tapestry we make.

— ***JERRY ELLIS***

အစွမ်းအစ

ကျွန်တော်တို့အားလုံး နုနယ်တဲ့ချည်မျှင်လေးတွေပါ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တို့ ထိုးထားတဲ့ ဇာပန်းကွက်ကျတော့ လက်ရာမမြောက်လား။

ဂျယ်ရီ အဲလစ်

Should you shield the canyons from the windstorms, you would never see the beauty of their carvings.

— ***ELISABETH KUBLER-ROSS.***

သဘာဝအတိုင်းသာ

လျှိုမြောင် ချောက်ကမ်းပါးတွေကို လေပြင်းမကျအောင် ဖုံးကာထားမယ်ဆိုရင် အဲဒီချောက်ကမ်းပါးတွေကြားက ပန်းပုလိုထုဆစ်ထားတဲ့ အလှတရားကို မြင်ရမှာမဟုတ်တော့ဘူး။

အလစ်ဇဘက် ကုဘလာ ရော့စ်

The sense of beauty is a tuning fork in the brain that hums when we stumble on something beautiful.

— ***DAVID GELERNTER***

အလှအာရုံ

အလှအပ ခံစားတတ်တဲ့ အာရုံဆိုတာ
ဦးနှောက်ထဲထည့်ထားတဲ့ သံစုံတူရိယာလေးပါ။
လှတာတစ်ခုခုကို အမှတ်မထင်
တိုးမိတိုက်မိလိုက်တာနဲ့
သူ့ဆီကတေးညည်းသံ ထွက်လာတော့တာပဲ။

ဒေးဗစ် ဂီလန့်တ်နာ

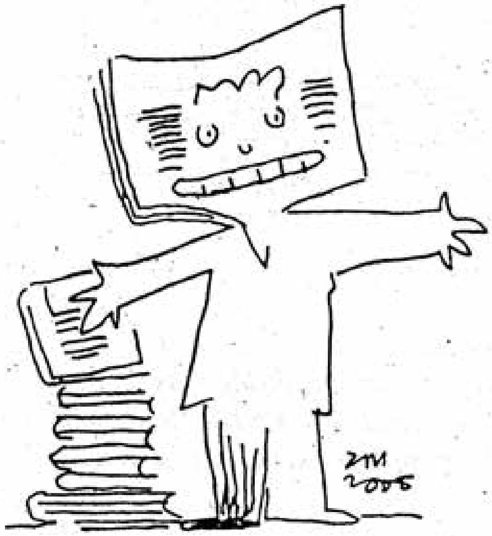
Eskimo artists, when they carve ivory, we are told, do not begin by deciding what to carve. They say, "I wonder what is inside." As they carve, they gradually find it. It was there, waiting for discovery and release.

— ERIK BARNOUW

ဆင်စွယ်ထဲကအနုပညာ

အက်စ်ကီးမိုး အနုပညာရှင်တွေ ဆင်စွယ်ပန်းပုထုရင်း၊ ပြောပြတာကတော့ ဘာပုံထုဆစ်မယ် ဆုံးဖြတ်ပြီးမှ သူတို့ စ,လုပ်တာမဟုတ်ဘူး၊ "အထဲမှာ ဘာရှိမလဲလို့ မှန်းကြည့်တာ" တဲ့။ ပန်းပုထုရင်း၊ တဖြည်းဖြည်း သူတို့တွေ့လာတယ်။ တွေ့အောင်ရှာပါ၊ ထုတ်ပြပေးပါဆိုပြီး စောင့်နေတဲ့ဟာက အထဲမှာပဲ။

အဲရစ်ခ် ဘာန်းနောင်း



All good books are alike in that they are truer than if they really happened and after you are finished reading one you will feel that happened to you and afterwards it all belongs to you: the good and the bad, the ecstasy, the remorse and sorrow, the people and the places and how the weather was.

— ERNEST HEMINGWAY

စာအုပ်ကောင်း

စာအုပ်ကောင်းမှန်သမျှ၊ စာပါ တကယ့်အဖြစ်အပျက်တွေထက် ပိုပြီးစစ်မှန်နေတယ်လို့ အောက်မေ့ရတယ်။ စာတစ်အုပ်ဖတ်ပြီးသွားရင် အဖြစ်သနစ်တွေကို ကိုယ်တွေ့ကြုံလိုက်သလို ခံစားရမယ်။ ပြီးရင် အားလုံးကိုယ့်အတွက် ရည်စူးထားသလား မှတ်ရတယ်။ ကောင်းတာနဲ့ဆိုးတာ၊ ပီတိသောမနဿဖြစ်တာ၊ နောင်တတရားနဲ့ ပူဆွေးရတာ၊ လူတွေ၊ အရပ်ဒေသတွေနဲ့ ဥတုရာသီတွေပါ ဘာတစ်ခုမှ မကျန်ဘူး။

အားနက်စ် ဟဲမင်းဝေး

A good speech needs a fine beginning, an excellent end–and as little as possible in-between.

— ***PETER USTINOV***

မိန့်ခွန်းကောင်း

မိန့်ခွန်းကောင်းဆိုတာ
အဖွင့်ကောင်းဖို့နဲ့
အပိတ်မှာ အပြောင်မြောက်ဆုံး ဖြစ်ဖို့လိုတယ်။
အလယ်မှာတော့
အဲဒါတွေ နည်းနိုင်သမျှ နည်းရမယ်။

ပီတာ အူစတီနော့ဗ်

English is a stretch of language; one size fits all.

— ***WILLIAM SAFIRE***

ဆန့်လို့ရတာ အင်္ဂလိပ်စာ

ဘာသာစကားမှာ
ဆန့်လို့ရတာ အင်္ဂလိပ်စာပဲ။
အရွယ်တစ်မျိုးတည်းပေမယ့်
ဝတ်ကြည့်ရင်အားလုံးနဲ့တော်တယ်။

ဝီလျံ ဆိုဖိုင်းယား

The greater the artist, the greater the doubt; perfect confidence is granted to the less talented as a consolation prize.

— Robert Hughes

အနုပညာရှင်

အနုပညာရှင်ဆိုတာ
ပါရမီရင့်လေ၊ ဒွိဟသံသယကြီးလေပဲ။
အကြွင်းမဲ့စိတ်ချယုံကြည်မှု ဆိုတာကတော့
ပါရမီအခံနည်းတဲ့လူတွေကို ချီးမြှင့်လိုက်တဲ့
နှစ်သိမ့်ဆု။

ရောဘတ် ဟျူဂျ်

Every great work of art has two faces-one toward its own time and one toward the future.

— DANIEL BARENBOIM

အနုပညာရဲ့မျက်နှာ

ကြီးကျယ်တဲ့ အနုပညာလက်ရာတိုင်းမှာ
မျက်နှာနှစ်ဖက်ရှိတယ်။
တစ်ဖက်က သူ့ခေတ်ကို မျက်နှာမူတယ်။
တစ်ဖက်ကတော့ အနာဂတ်ကို မျက်နှာမူတယ်။

ဒယ်နီယယ် ဘာရင်ဘွိုင်းမ်

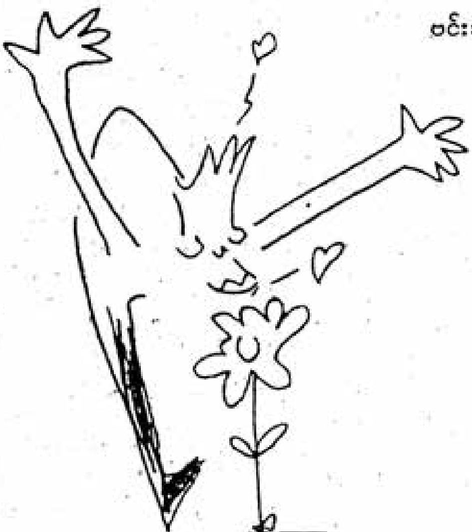
Keep your love of nature, for that is the true way to understand art more and more.

— VINCENT VAN GOGH

အနုပညာကိုသဘောပေါက်ချင်ရင်

သဘာဝကို ချစ်စိတ်မွေးပါ။
ဒါဟာအနုပညာကို
တိုးတိုးပြီး သဘောပေါက်ဖို့
နည်းလမ်းအစစ်အမှန်ဖြစ်လို့ပါ။

ဗင်းဆင့် ဗန်ဂိုး



The big advantage of a book is it's very easy to rewind. Close it and you're right back at the beginning.

— ***JERRY SEINFELD***

စာအုပ်ရဲ့အားသာချက်

စာအုပ်ရဲ့ အားသာချက်ကြီးက အစပြန်ကောက်ဖို့ **အင်** မတန် လွယ်တာပဲ။ စာအုပ်ကို ပိတ်ကြည့်၊ **အစကို ချက်** ချင်းပြန်ရောက်သွားရော။

ဂျယ်ရီ **ဆိန်းဖဲလ်ဒ်**

To destroy the Western tradition of independent thought it is not necessary to burn the books. All we have to do is to leave them unread for a couple of generations.

— ROBERT M. HUTCHINS

စာမဖတ်ရ

လွတ်လွတ်လပ်လပ် တွေးခေါ်တတ်တဲ့ အနောက်တိုင်း အစဉ်အလာကို ဖျက်ဆီးပစ်မယ်ဆိုရင် စာအုပ်တွေကို မီးတိုက်ဖို့ မလိုပါဘူး။ အဲဒီလူတွေကို မျိုးဆက်နှစ်ဆက်လောက် စာမဖတ်ရအောင် လုပ်ထားလိုက်ရုံပါပဲ။

ရောဘတ် အမ်၊ ဟတ်ချင်းစ်

Shakepeare worked without knowing that he would become Shakespeare.

— COLETTE

ရေးရင်းဖြစ်တာ

ရှိတ်စပီးယားက ဖန်တီးရေးဖွဲ့သွားတာဟာ သူကိုယ်သူ ရှိတ်စပီးယားဖြစ်လာမယ်မှန်း သိလို့မဟုတ်ဘူး။

ကိုးလက်တ်

ဝေဖန်စကား

Everybody is a fool in somebody's opinion.

— SPANISH PROVERB

ဘေးလူအမြင်

ဘေးလူအမြင်မှာတော့
ဘယ်သူမဆို အရူးလုံးလုံး
ဖြစ်နေတာပါပဲ။

စပိန်စကားပုံ

People are pretty much alike. It's only that our differences are more susceptible to definition than our similarities.

— *LINDA ELLERBEE*

တူတာများပေမယ့်

လူတွေမှာ တူတာအတော်များများရှိတယ်။ ကွဲလွဲသွားကြတာက တူတာတွေဘေးချိတ်ပြီး ကိုယ့်ဘာသာကိုယ် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်တဲ့ဘက်မှာ အသည်းအသန် ဖြစ်နေတာကြောင့်ပါ။

လင်ဒါ အယ်လာဘီး

To love what you do and feel that it matters–how could anything be more fun?

— *KATHARINE GRAHAM*

ကိုယ်လုပ်တာတစ်ခုပဲ

ကိုယ်လုပ်တာတစ်ခုပဲ ကိုယ်ချစ်မြတ်နိုးနေမယ်၊ အရေးပေးခံစားနေမယ်ဆိုရင် တခြားပိုပြီး သဘောကျစရာ ဘာရှိတော့မှာလဲ။

ကက်သရင်း ဂရေဟမ်

The most wonderfully complex fictional character is much less complicated than the most boring actual person.

— ***ELIZABETH MCCRACKEN***

နားလည်ရခက်သူ

ဝတ္ထုထဲက ဘယ်လောက်ကြောင်တဲ့စရိုက်မျိုးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အင်မတန်ထုံထိုင်းတဲ့ တကယ့်သက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်ထက်စာရင် နားလည်ရခက်တဲ့နေရာမှာ အပုံကြီးလျော့ပါသေးတယ်။

အယ်လစ်ဇဘက် မက် ခရက်ကဲန်

You can't be brave if you've only had wonderful things happen to you.

— ***MARY TYLER MOORE***

စွန့်လွှတ်ရဲပါ့မလား

ကိုယ့်တစ်ယောက်တည်း
ထူးထူးကဲကဲ ခံစားစံစားနေရပြီ ဆိုမှတော့
ရှင့်မှာစွန့်ရဲတဲ့သတ္တိ ဘယ်ရှိနိုင်ပါတော့မလဲ။

မေရီ တိုင်လာ မိုး

Men who treat women as helpless and charming playthings deserve women who treat men as delightful and generous bank accounts.

— GQ

တန်ရာတန်ရာ

မိန်းမတွေကိုအားနွဲ့ပြီး၊
အဖျော်ဖြေခံအရုပ်ကလေး တစ်ရုပ်လို
သဘောထားတဲ့ ယောကျ်ားတွေဟာ၊
ယောကျ်ားတွေကို မက်မောစရာကောင်းပြီး၊
အဆင်သင့် ထုတ်လို့ရတဲ့ ဘဏ်ငွေစာရင်းလို
သဘောထားတဲ့ မိန်းမ မျိုးတွေနဲ့ပဲတန်တယ်။

Good communication is as stimulating as black coffee and just as hard to sleep after.

— ANNE MORROW LINDBERGH

ဆက်သွယ်ရေးစနစ်တွေကောင်းလာတော့

ဆက်သွယ်ရေးစနစ်ကောင်းတာဟာ လူကိုနိုးကြားစေတဲ့နေရာမှာ ကော်ဖီကြမ်းလိုပဲ၊ သောက်ပြီးရင် အိပ်လို့မရတော့ဘူး။

အဲန်း မောရိုး လင်းဘာ့ဂ်

In the right light, at the right time, everything is extraordinary.

— ***AARON ROSE***

ကိုက်ညီမှုရှိမှ

အလင်းအနေအထားကိုက်၊ အချိန်အခါလည်းကိုက်ရင် ဘယ်ဟာမဆို ထူးခြားထင်ရှားသွားတာပဲ။

အားရွှန်း ရို့စ်

There is nothing more universally commended than a fine day; the reason is, people can commend it without envy.

— ***WILLIAM SHENSTONE:***

ဝန်တိုခြင်းကင်းမှ ချီးမွမ်းလို့ရတယ်

သာယာတဲ့နေ့လောက်
တစ်လောကလုံးရဲ့ အချီးမွမ်းခံရတာ
ဘာမျှမရှိဘူး။
အကြောင်းကတော့
အဲဒီနေ့ကို ချီးမွမ်းဖို့ကိစ္စမှာ
လူတွေမနာလိုစိတ် ကင်းနေကြလို့ပဲ။

ဝီလျံ ရှဲန်းစတုန်း

Those who have succeeded at anything and don't mention luck are kidding themselves.

— LARRY KING

အောင်မြင်သွားပြန်တော့

အောင်မြင်မှုတစ်ခုခု ရထားပြီးခါမှ
ကံအကျိုးပေးဆိုတာ အပိုပါဗျာလို့
ပြောတဲ့လူစားတွေဟာ
လိမ်စရာမရှိ ကိုယ့်ပေါင်ကိုယ်လှန်လိမ်တဲ့လူတွေ။

လာရီ ကင်း

The human body was designed to walk, run or stop; it wasn't built for coasting.

— CULLEN HIGHTOWER

လူ့ကိုယ်ခန္ဓာ

လူ့ကိုယ်ခန္ဓာကို
လမ်းလျှောက်လို့၊ ပြေးလို့၊ ရပ်လို့ရအောင်
ပုံစံထုတ်ထားတာ။
ကမ်းရိုးတန်းကပ်သွားနေဖို့
တည်ဆောက်ထားတာ မဟုတ်ဘူး။

ကလွန် ဟိုင်းတာဝါ

Children and watches must not be constantly wound up–you must let them run.

— JEAN PAUL

ကလေးနဲ့နာရီ

ကလေးတွေနဲ့ နာရီတွေကို
အမြဲမပြတ် သံပတ်ပေးမနေရဘူး။
သူတို့ဘာသာ သွားနေပစေ။

ဂျင်း ပေါလ်

If you would be pungent, be brief. For it is with words as with sunbeams – the more they are condensed, the deeper they burn.

— ROBERT SOUTHEY

အနှစ်ချုပ်ပြီးပြော

အာစလျှာစ ထက်ချင်ရင်၊ အနှစ်ချုပ်ပြီးပြော။
စကားနဲ့ လုပ်ရတဲ့အလုပ်က
နေရောင်ခြည်နဲ့ လုပ်ရသလိုပဲ။
နေရောင်ကို ကျစ်အောင်လုပ်နိုင်လေ၊
ခပ်နက်နက်ပေါက်အောင် လောင်လေပဲ။

ရောဘတ် ဆောက်သေ

There's too much said for the sake of argument and too little said for the sake of agreement.

— CULLEN HIGHTOWER

ကိုင်း. . ပြောစမ်းပါဦး

ငြင်းရမယ်ဆိုရင် ပြောလို့မဆုံးဘူး။
သဘောတူဖို့ဆို စကားရှာမရတော့ဘူး။

ကလ္လင်း ဟိုင်းတာဝါ

Everything becomes a little different as soon as it is spoken out loud.

— HERMANN HESSE

အသံစွာလာရင်

ဘယ်ကိစ္စမဆို အသံစွာစွာပြောချလိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက်၊ ပြောချင်တာနဲ့ နည်းနည်းတော့ ကွာသွားတာချည်းပဲ။

ဟာမဲန်း ဟက်စ်

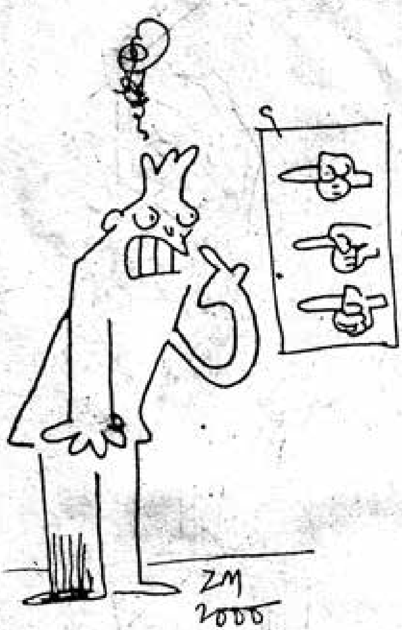
A man who wants to lead the orchestra must turn his back on the crowd.

— MAX LUCADO

ဦးဆောင်သူ

သံစုံတီးဝိုင်းကြီး တစ်ဝိုင်းကို ဦးဆောင်မယ့်သူဟာ ပရိသတ်ဘက်ကိုတော့ ကျောပေးထားရမှာပဲ။

မက်စ် လူကာဒို



Most people don't mind criticism as long as it's about someone else.

— ***SUZAN L. WIENER***

ဝေဖန်ရေး

သူတစ်ပါးအကြောင်းနဲ့ ပတ်သက်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး ဝေဖန်ရေးကို လူများစုက အရေးမထားတတ်ကြဘူး။

ဆူဇန် အယ်လ်၊ ဝိုင်းနား