

စိတ်ကုသမှု

မြင့်စိုးလှိုင်



လူတိုင်းမှာ  
အလားအလာ  
ရှိတယ်

BURMESE  
CLASSIC  
.COM



မှတ်သားရမည့်အချက်အလက်များ

တစ်လုံးတည်း

အေးဂျီနီယမ်

သစ်တီးတည်း

ဝိတ်ကူးချိုချိုစာအုပ် ၄၇

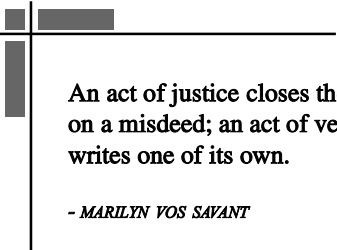
# လူတိုင်းမှာအလားအလာရှိတယ်

မြင်စိုးလှိုင်  
ပြန်ဆို၍  
အော်ပီကျယ်  
သရုပ်ဖော်သည်။



၂၀၀၁ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ





**An act of justice closes the book  
on a misdeed; an act of vengeance  
writes one of its own.**

*- MARILYN VOS SAVANT*

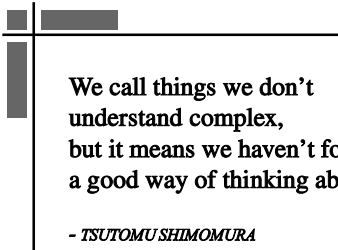




■ အမုန်းစီးရိုး

တရားမျှတတဲ့ အပြုအမူက မကောင်းမှု ဒုစရိုက်စာအုပ်ကို ပိတ်ပစ်တယ်။ လက်စားချေတဲ့ အပြုအမူကတော့ အဲဒီစာအုပ်မျိုး သူ့ဘာသာသူ အသစ်တစ်အုပ် ရေးတတ်တယ်။

မေရီလင်း ဗောဓ် ဆဲဗဲန့်တ်



**We call things we don't  
understand complex,  
but it means we haven't found  
a good way of thinking about them.**

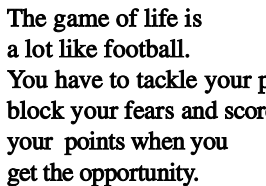
*- TSUTOMU SHIMOMURA*



■ မရှင်းတစ်ရှင် လွယ်တာ

ကျွန်တော်တို့က ကိုယ်နားမလည်တဲ့ ဟာတွေဆိုရင် ရှုပ်ထွေးလွန်းပါတယ်လို့ ပြောတတ်ကြတယ်။ ဒါပေမယ့် ဒီစကားက အဲဒါတွေနဲ့ပတ်သက်လို့ ကျွန်တော်တို့မှာ တွေးပုံတွေးနည်း ကောင်းကောင်း မရှိသေးဘူးလို့ ဆိုလိုရာရောက်တယ်။

**ဆုတိုမှု ရိုမိုမှုရာ**



The game of life is  
a lot like football.  
You have to tackle your problems,  
block your fears and score  
your points when you  
get the opportunity.

- *LEWIS GRIZZARD*

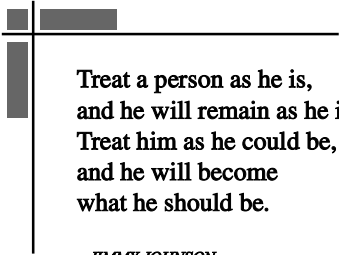




■ တာဝတောလုံးပွဲ

ဘဝဆိုတာ ဘောလုံးပွဲနဲ့ တော်တော်တူတယ်။ ပြဿနာတွေကို မိမိရရ ဖမ်းရတယ်များ။ စိုးရိမ်မှုပန်းစရာတွေကို ပိတ်ဆို့ကာကွယ်ရတယ်များ။ နောက်ပြီး အခွင့်သာရင် အမှတ်တွေတက်လာအောင် အပိုင်ကန်သွင်းရတယ်လေများ။

ထူးဝစ် ဂရစ်ဖတ်



**Treat a person as he is,  
and he will remain as he is.  
Treat him as he could be,  
and he will become  
what he should be.**

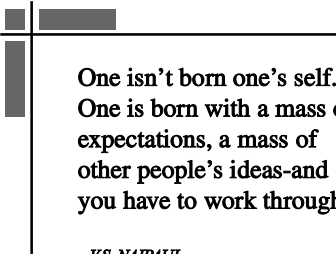
*- JIMMY JOHNSON*



■ လူတိုင်းမှာ အလားအလာရှိတယ်

လူတစ်ယောက်ကို သူ့ရှိရင်းစွဲအတိုင်းပဲ ဆက်ဆံမယ်ဆိုရင် အဲဒီလူ ခံရင်းကနေ တိုးပြီးတက်လာမှာမဟုတ်ဘူး။ သူ ဘာဖြစ်နိုင်သလဲဆိုတာ မှန်းပြီးဆက်ဆံကြည့်၊ သူဖြစ်စရာရှိတာ အဲဒီလူ ဖြစ်ကို ဖြစ်လာလိမ့်မယ်။

လှိုင်မီ ဂျွန်ဆင်



One isn't born one's self.  
One is born with a mass of  
expectations, a mass of  
other people's ideas-and  
you have to work through it all.

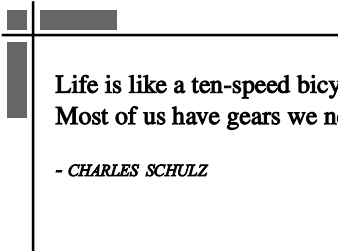
- *V.S. NAIPAUL*



■ လူ့အဖွဲ့ လူ့ဝန်တာ

လူဆိုတာ တစ်ယောက်တည်း အထီးတည်း မွေးဖွားလာတာ မဟုတ်ဘူး။ မျှော်လင့်ချက်တွေ တစ်ထမ်းကြီး၊ အများသူငါရဲ့ စိတ်ကူးစိတ်သန်းတွေ တစ်ပြုတစ်ခေါင်းကြီးနဲ့အတူ မွေးဖွားလာတာ။ ပြီးတော့ ဒါတွေကို နှစ်နှစ်အောင် အားထုတ်လုပ်ကိုင်သွားရဦးမှာပါ။

ဦး၊ အက်စ်၊ နိုင်ပေါင်



**Life is like a ten-speed bicycle.  
Most of us have gears we never use.**

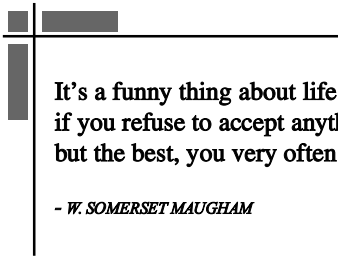
*- CHARLES SCHULZ*



■ **ပုံစသ**

ဘဝဆိုတာ ဂီယာဆယ်ချက်ပါတဲ့ စက်ဘီးတစ်စီးနဲ့ တူတယ်။  
ကျွန်တော်တို့ အများစုက ဂီယာစုံအောင်မပြောင်းဘဲ စီးနေကြတာ  
ဆိုတော့၊ မထိုးဖြစ်တဲ့ ဂီယာတွေ အများကြီးပဲ။

**ချားလ်စ် ရှယ်ဗ်**



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

**- *W. SOMERSET MAUGHAM***

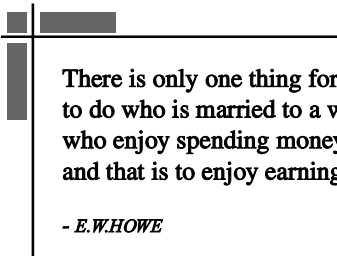




■ ၂၃၅ ဒီဂရီစောင်းနေတဲ့ လောကကြီးမှာ

ဘဝဆိုတာ အတော်ရယ်ဖို့ကောင်းတယ်။ အကောင်းဆုံးက  
လွဲရင် ဘာမှလက်မခံဘူးလို့ ခင်ဗျားငြင်းကြည့်။ အဲ - - ရရောဗျို့  
ခဏ ခဏ။

**ဗေလျူ ဆမ္မားဆက်မွမ်**



**There is only one thing for a man  
to do who is married to a woman  
who enjoy spending money,  
and that is to enjoy earning it.**

**- E.W.HOWE**

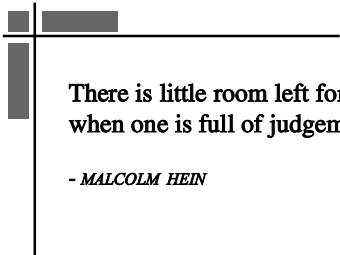


■ **ရှေ့ကမောင်သာ အစဉ်ခနု**

ပိုက်ဆံကိုင်သုံးရတာကို ပီတိဖြစ်နေတတ်တဲ့ မိန်းမမျိုးနဲ့ အကြောင်းပါတဲ့ ယောက်ျားတစ်ယောက်အနေနဲ့ လုပ်ရမှာတစ်ခုပဲ ရှိတယ်။

အဲဒါကတော့ ကုန်းရုန်းရှာရတာကို ပီတိဖြစ်နေတတ်ဖို့ပဲ။

**အီး၊ ဗေလျူ ဟိုး**



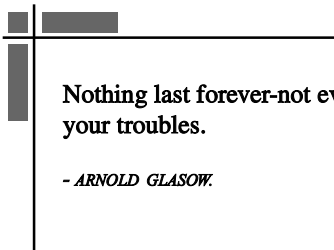
**There is little room left for wisdom  
when one is full of judgement.**

*- MALCOLM HEIN*



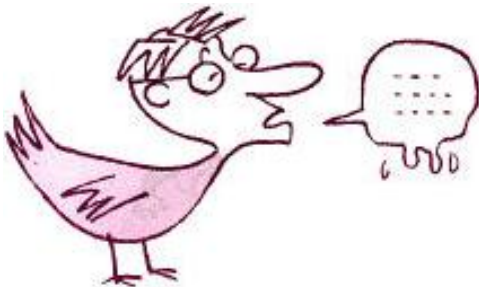
■ ဓမ္မာန်ပြစ်ကင်းမှ ဖြစ်မှာလား

လူတစ်ယောက်မှာ ဆုံးဖြတ်ပြဌာန်းပြီးသားတွေချည်း  
ဖြစ်နေရင် ပညာဉာဏ်အတွက် နေရာသိပ်ကျန်မှာမဟုတ်တော့ဘူး။  
မယ်ဝယ်ကွမ်း ဟိန်း



**Nothing last forever-not even  
your troubles.**

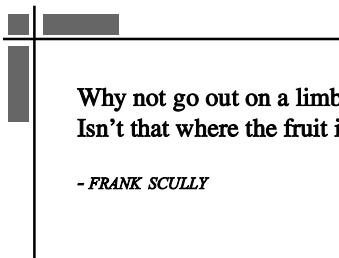
*- ARNOLD GLASOW.*



■ ကမ္ဘာ့စိုကြီးများသို့

ကိုယ်ဒုက္ခမှ ဒုက္ခလုပ်မနေနဲ့။ လောကမှာ ထာဝရတည်တံ့  
တာ ဘာတစ်ခုမှ မရှိဘူး။

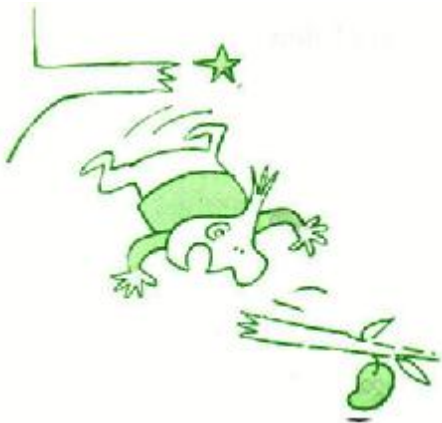
အန်း ဂလက်ဆိုး



**Why not go out on a limb?  
Isn't that where the fruit is?**

*- FRANK SCULLY*

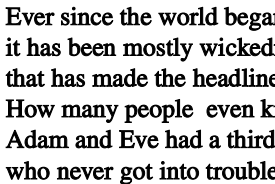




■ ရဲရဲလျှောက်

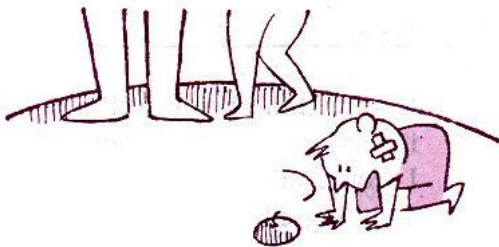
သစ်ကိုင်းပေါ် ဘာပြုလို့ တိုးမသွားရဲရမှာလဲ။  
အသီးသီးနေတာက အဲဒီမှာ မဟုတ်ဘူးလား။

ဖရဲန့် စကတ္တီး



Ever since the world began,  
it has been mostly wickedness  
that has made the headlines.  
How many people even know that  
Adam and Eve had a third son,  
who never got into trouble?

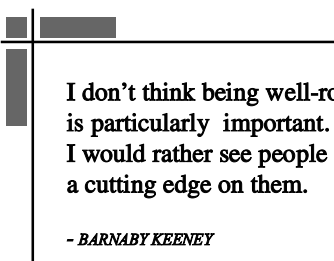
- Sydney J. Harris



■ ပြောရရင် မကောင်းဘူး

ကမ္ဘာဦးစကတည်းက ခေါင်းကြီးပိုင်းတွေလောက် ကောက်  
ကောက်ပြောတတ်ကြလို့ မဟုတ်ကဟုတ်ကဟာတွေ များနေတာ။  
အာဒမ်နဲ့ ဝေမာ ဆင်းရဲဒုက္ခဆို ဘာမှန်းကိုမသိတဲ့ တတိယသား  
တစ်ယောက် ရှိသေးတယ်ဆိုတာကျတော့ သိတဲ့လူတယ်နှစ်ယောက်  
ရှိလို့လဲ။

ဆစ်ခနီ ရော့ ဟဲရန့်



**I don't think being well-rounded  
is particularly important.  
I would rather see people with  
a cutting edge on them.**

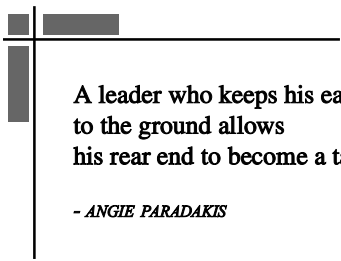
**- BARNABY KEENEY**



■ မှန်တမ်းပဲခကောင်းပါတယ်

ကိုယ့်အနားမှာ လူတွေ ဝိုင်းဝိုင်းလည်နေတာကို အရေးပါ အရာရောက်လှပြီလို့ ကျွန်တော်မထင်ဘူး။ ဖြစ်နိုင်ရင် ဓားနဲ့ပါးပါး လှီးထားသလို၊ လူတွေကို တစ်လွှာချင်းပဲ ကျွန်တော်တွေ့ချင်တယ်။

**ဘာနဘီ ကီးနေး**



**A leader who keeps his ear  
to the ground allows  
his rear end to become a target.**

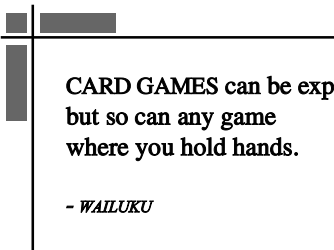
*- ANGIE PARADAKIS*



■ အစုံသောနားကိုခွင့်

ရှေ့ကနေ ဦးဆောင်မယ့်လူအနေနဲ့ နားရွက်တစ်ဖက်ကို မြေကြီးနဲ့ ကပ်ထားမယ်ဆိုရင် ကျန်တဲ့နားရွက်တစ်ဖက် ပစ်မှတ် ဖြစ်သွားလိမ့်မယ်။

အဲန်ဂျီ ပါရာဒါကီးစ်



**CARD GAMES** can be expensive,  
but so can any game  
where you hold hands.

- *WAILUKU*



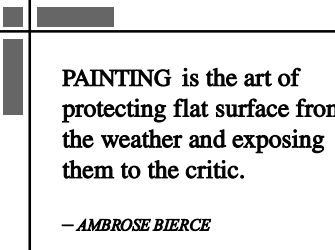


■ လက်မြဲတဲ့ ကစားနည်း

ဖဲကစားတာ ငွေကုန်ကြေးကျတော့ များတယ်။

ဒါပေမယ့် ဒီကစားနည်းလို ကိုယ့်လက်နဲ့ သေသေချာချာ ဆုပ်ထားလို့ရတဲ့ တခြားကစားနည်း ရှိလို့လား။

ဝိုင်ထူး



**PAINTING** is the art of  
protecting flat surface from  
the weather and exposing  
them to the critic.

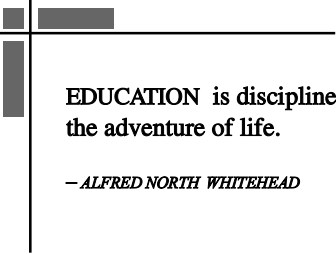
— *AMBROSE BIERCE*



■ ပန်းချီဆေးခရုအတတ်

ပန်းချီဆွဲတယ်ဆိုတာ ပုံပျူတဲ့ မျက်နှာပြင်တွေကို ရာသီဥတု  
အထက်နေ အကာအကွယ်ပေးပြီး ဝေဖန်မယ့်သူရေ ရောက်အောင်  
ထုတ်ပြဖို့ လုပ်တဲ့အတတ်ပါပဲ။

အမ်ဘရိုက် ဘီးယားစ်



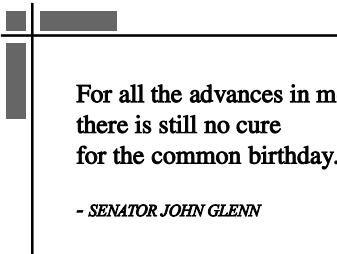
**EDUCATION is discipline for  
the adventure of life.**

*— ALFRED NORTH WHITEHEAD*



■ ဘဝရဲ့စည်း:

ပညာရေးဆိုတာဘဝမွန်စားခန်းအတွက် စည်းကမ်းကာလနားပဲ။  
အဲလ်ဖရက် နေ့သ် ပိုက်တ်ဟက်စ်



**For all the advances in medicine,  
there is still no cure  
for the common birthday.**

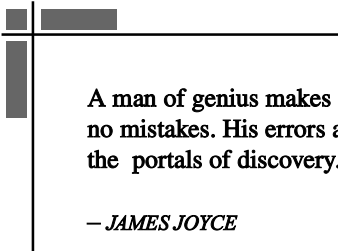
*- SENATOR JOHN GLENN*



■ ဘာလင်ပန်းနဲ့ အချင်းစားသလဲ

ဆေးပညာ ဘယ်လောက်ပဲ ရှေ့တန်းရောက်တယ်ဆိုဆို ခုအချိန်ထိ၊ လူချင်းတူတူ သူချင်းမျှမျှ မွေးဖွားလာရတဲ့ ဘဝကို ရောက်ကြဖို့ ဆေးနည်းမတွေ့သေးဘူး။

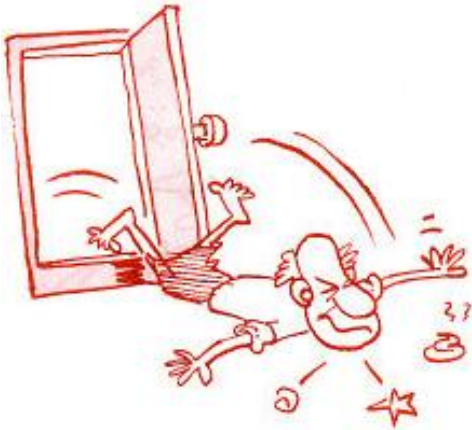
ဆီးနိုတ်ထွတ်တော်အမတ် ဂျွန်ဂလင်း



A man of genius makes  
no mistakes. His errors are  
the portals of discovery.

— *JAMES JOYCE*

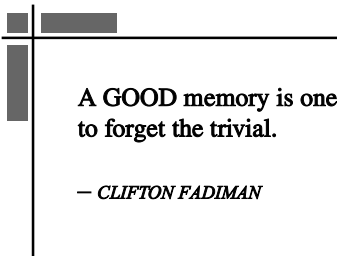




■ ပါရမီရှင်

ပါရမီရှင်ဆိုတာ အမှားတွေလျှောက်မလုပ်ဘူး။ သူ့မှာချွတ်ချော်တာရှိရင်တောင် ဒါတွေက အသစ်ရှာဖွေတွေ့ရှိမှုရဲ့ တံခါးခြေကျော်ပေါက်တွေ ဖြစ်နေတတ်တယ်။

ကျိမ်းစ် ဂျီကင်စ်



**A GOOD memory is one trained  
to forget the trivial.**

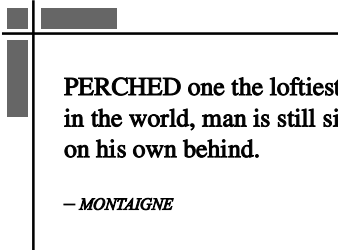
— *CLIFTON FADIMAN*



■ မှတ်ဉာဏ်ကောင်းဆိုတာ

ဗုံမဝင် ဆုံမဝင် ကိစ္စတွေကို မေ့ပစ်နိုင်အောင် လေ့ကျင့်ထားမှ  
မှတ်ဉာဏ်ကောင်းလို့ ခေါ်တယ်။

ကလစ်စ်တင် ဖာဒီမန်



**PERCHED** one the loftiest throne  
in the world, man is still sitting  
on his own behind.

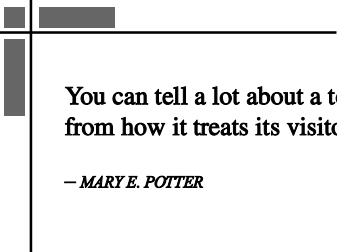
– *MONTAIGNE*



■ အတ္တကို ကုန်းဦးထားမယ်

လောကမှာ အကြီးကျယ်ဆုံးဆိုတဲ့ ပလ္လင်ပေါ်တက်ထိုင်ပြီး ခံစားစံစားနေရပေမယ့်လည်း လူဆိုတာ ကိုယ့်ကျောကုန်းပေါ် ကိုယ်ဖက်တက်ပြီး ကားယားခွတုန်းပဲ။

မွန်တိန်း



**You can tell a lot about a town  
from how it treats its visitors.**

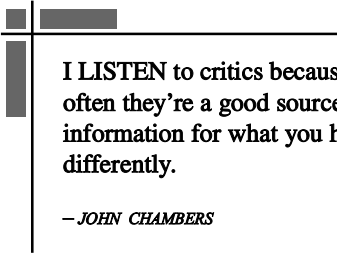
**— MARY E. POTTER**



■ မြို့တစ်မြို့ရဲ့အကြောင်း

ကိုယ့်ဆီအလည်လာတဲ့ အာဂ္ဂုဏ္ဍဉာဏ်သည်အပေါ် ဘယ်လို ဆက်ဆံတယ်ဆိုတာကြည့်ပြီး မြို့တစ်မြို့အကြောင်း ကောင်းကောင်း ကြီး ပြောလိုရတယ်။

မေရီ ဆီ။ ယေတား



**I LISTEN to critics because  
often they're a good source of  
information for what you have to do  
differently.**

*— JOHN CHAMBERS*



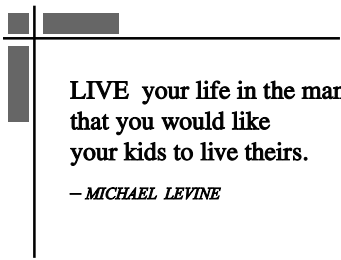


■ ကျွန်တော့်ကို ဧဝမန်ပါ

ဝေဖန်ရေးဆရာတွေရဲ့ စကားကို ကျွန်တော်ကတော့ နားစွင့်  
တယ်။

ဘာပြုလို့လဲဆိုတော့ တစ်ခါတလေ ကိုယ့်အနေနဲ့ တစ်မူ  
ကွဲပြားတာ လုပ်ဖို့လိုတဲ့အခါ သူတို့ကမှ တကယ် သတင်းစစ်မြစ်  
ကောင်း ဖြစ်နေတတ်လို့ပဲ။

မျန် ချိမ်းဘားစ်



**LIVE** your life in the manner  
that you would like  
your kids to live theirs.

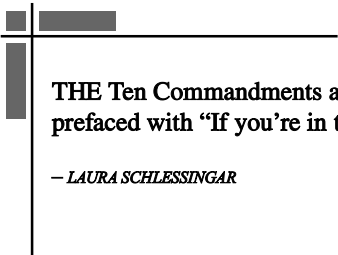
– *MICHAEL LEVINE*



■ ဆဋ္ဌမမြောက် မိဘဝတ်

ကိုယ့်သာသနာတို့ကို ဘယ်အမှုအကျင့်မျိုးနဲ့ နေစေထိုင်စေ  
ချင်သလဲ။

အဲဒီ နေနည်းမျိုးနဲ့ ကိုယ်ကိုယ်တိုင်လည်း နေပြပါ။  
 မိုက်ကယ်ယ် ထီစိုင်း



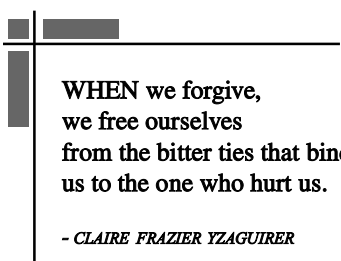
**THE Ten Commandments aren't  
prefaced with "If you're in the mood."**

*— LAURA SCHLESSINGAR*



■ ပညတ်တော်ဆယ်ပါးသည် သားဇေယျာတေးမဟုတ်  
ပညတ်တော်ဆယ်ပါးမှာ “သင်စိတ်ပါလျှင် လိုက်နာပါ” လို့  
အမှာစာ ရေးမထားဘူး။

ထော်ရာ ရှုထက်ဆင်းဂါး



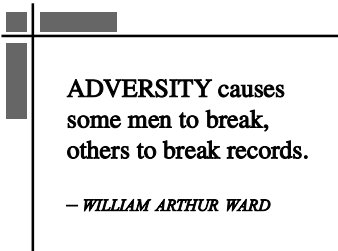
**WHEN we forgive,  
we free ourselves  
from the bitter ties that bind  
us to the one who hurt us.**

*- CLAIRE FRAZIER YZAGUIRER*



■ အပြစ်မဲ့ရေး၊ ခွင့်လှာပေး၏ ...

ခွင့်လှာလိုက်ပြီ ဆိုတဲ့အခါမှာ ကိုယ့်ကို အနာတရဖြစ်အောင် လုပ်သူနဲ့ ကိုယ်နဲ့ကြားမှာ တုပ်နှောင်ထားတဲ့ နာကျည်းခါးသီးမှု အနှောင်အဖွဲ့ကနေ ကိုယ့်ကိုယ်ကို လွတ်လပ်ခွင့်ပေးလိုက်တာပါပဲ။  
ကလိုင်ရာ ဗရေဖီယာ ဇာဂူရာ



**ADVERSITY** causes  
some men to break,  
others to break records.

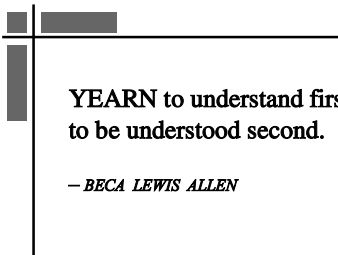
– *WILLIAM ARTHUR WARD*





■ ဘယ်လို လူစားလဲ

ပြဿနာ အခက်အခဲကို အကြောင်းပြုပြီး လူတချို့က  
ဦးကျိုးကျတယ်။ တချို့ကတော့ စံချိန်တွေပါ ချိုးပြတယ်။  
ဝီလျံ အာသာ ဝပ်စ်



**YEARN to understand first and  
to be understood second.**

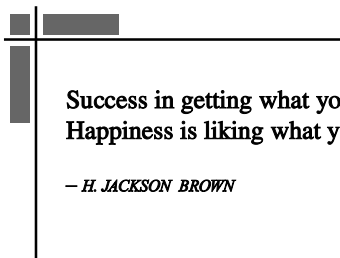
*— BECA LEWIS ALLEN*



■ ထက်သန်ခြင်းဖြစ်စေ

နားလည်ချင်စိတ် ပြင်းပြဖို့က ပထမ။ နားလည်အောင် လုပ်ဖို့က ဒုတိယ။

ဘိကာ လူးဝစ် အယ်ထန်

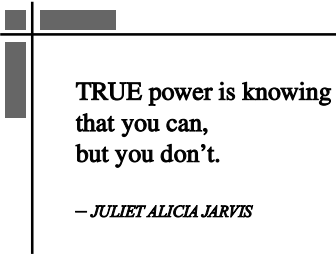


**Success in getting what you want.  
Happiness is liking what you get.**

*— H. JACKSON BROWN*



- လိုလားတာကိုရဖို့၊ ရတာကို လိုလားဖို့  
ကိုယ်လိုချင်တာကိုရရင် အောင်မြင်မှုလိုခေါ်တယ်။ ကိုယ်ရ  
တာကို နှစ်သက်နိုင်ရင် ပျော်ရွှင်မှုလိုခေါ်တယ်။  
အိပ်ချ်၊ ဂျက်ဆင် ဘရောင်း



**TRUE** power is knowing  
that you can,  
but you don't.

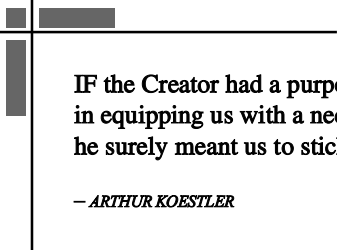
— *JULIET ALICIA JARVIS*



■ တကယ့်စိတ်ဓာတ်

လုပ်လိုက်ရင် ရမှန်သိရက်နဲ့ မလုပ်ဘဲနေတာမျိုးမှ ကြံ့ခိုင်တဲ့ တကယ့်စိတ်ဓာတ်။

**ဂန္ဓာလီယက် အယ်ထစ်ရှာ ဂျားဗစ်**



**IF the Creator had a purpose  
in equipping us with a neck,  
he surely meant us to stick it out.**

*— ARTHUR KOESTLER*

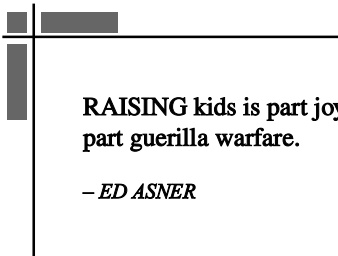




■ ကုပ်မိုးနဲ့ ထမ်းမိုး

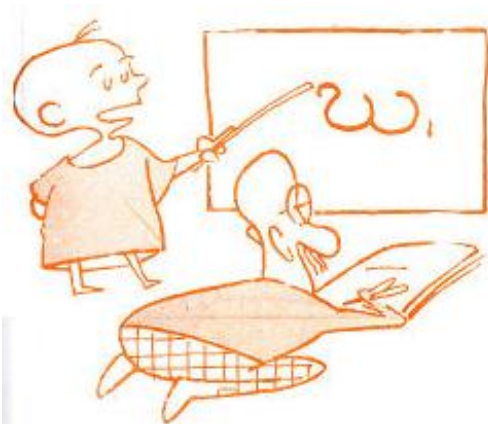
ဖန်ဆင်းရှင်က ကျုပ်တို့ကို ကုပ်မိုးတစ်ခု ဆင်ယင်ပေးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိတယ်ဆိုရင်၊ တကယ့်အဓိပ္ပါယ်က ကျုပ်တို့ကို သူ ထမ်းမိုးတင်ချင်လို့ပါ။

**အာသာ ကျိမ်ထား**



**RAISING kids is part joy and  
part guerilla warfare.**

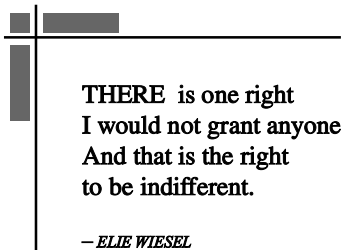
*- ED ASNER*



■ ရင်စသွေးတစ်ဇယာက် လူလားမြောက်ဖို့

ကလေးတွေကို ပြုစုပျိုးထောင်ရတယ်ဆိုတာ တစ်ပိုင်းက ပျော်စရာကောင်းသလို၊ တစ်ပိုင်းကလည်း လက်ရွေးစင်တပ်ဖွဲ့နဲ့ အသေအကျေ တိုက်ရသလိုပါပဲ။

**အက်စ် အက်စ်နာ**



**THERE** is one right  
I would not grant anyone.  
And that is the right  
to be indifferent.

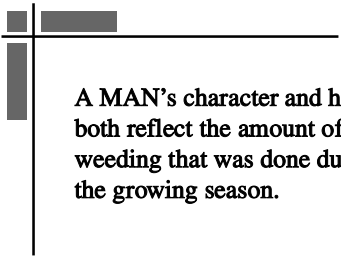
– *ELIE WIESEL*



■ ဇနသာသပ ဇလညာက

ကျွန်တော်ဘယ်သူ့ကိုမှ မလိုက်လျောနိုင်တဲ့ အခွင့်အရေး တစ်ခုရှိတယ်။ အဲဒါကတော့ ကိုယ်နဲ့မဆိုင်သလို နေမယ်ဆိုတဲ့ အခွင့်အရေးပါပဲ။

အယ်လီ ဝိုင်ဆယ်လ်

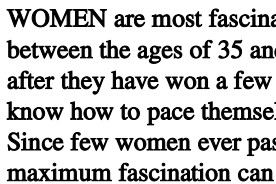


**A MAN's character and his garden  
both reflect the amount of  
weeding that was done during  
the growing season.**



■ လုပ်ရည်ကိုင်ရည်

လူတစ်ယောက်ရဲ့ အကျင့်စရိုက်နဲ့ သူစိုက်တဲ့ခြံအကြောင်း သိချင်ရင် စိုက်ပျိုးရာသီအတွင်း ပေါင်းမထအောင် ဘယ်လောက် ရှင်းနိုင်သလဲဆိုတာနဲ့သာ ဟပ်ကြည့်။



**WOMEN** are most fascinating  
between the ages of 35 and 40,  
after they have won a few races and  
know how to pace themselves.  
Since few women ever pass 40,  
maximum fascination can continue  
indefinitely.

– *CHRISTIAN DIOR.*

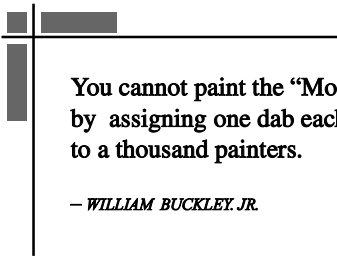




■ အလှဆုံးအချိန်

မိန်းမတွေဟာ အသက် (၃၅) နှစ်ကနေ (၄၀) ကြားမှာ ကြည့်လို့ရလို့ အကောင်းဆုံး။ ကျက်သရေအရှိဆုံးပဲ။ ဘဝမှာ နိုင်ပွဲလေးတွေလည်း အသင့်အတင့်ရှိလာတော့ ဘယ်ခြေ ဘယ်လို လှမ်းရမယ်ဆိုတာ သိလာကြတယ်။ (၄၀)ကျော်တဲ့အထိ ဆက်ပြီး ဆွဲဆောင်အား အမြင့်မားဆုံးဖြစ်နေဖို့ ဆိုတာကတော့ သိပ်မရေရာ ဘူး။ ရှိလည်း အနည်းစုလောက်ပဲ နေမှာပါ။

ခရစ္စတီယန် ဒီယော်



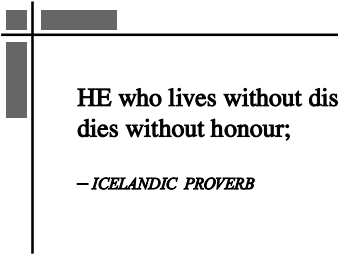
**You cannot paint the “Mona Lisa”  
by assigning one dab each  
to a thousand painters.**

– *WILLIAM BUCKLEY, JR.*



■ တစ်သောင်းအားနှင့် ယူသော်မရ

ပန်းချီဆရာ အယောက်တစ်ထောင်ကို တစ်ကန့်စီ ခွဲဝေပေးပြီး  
ရေးခိုင်းလိုက်လို့ “မိနာလီဆာ” ပန်းချီကား ဖြစ်မလာနိုင်ဘူး။  
ဝီလျမ် ဘတ်ကထေ (ဂျွန်နီယာ)



**HE who lives without discipline  
dies without honour;**

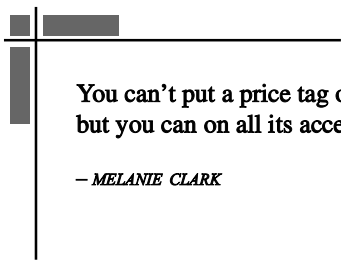
*—ICELANDIC PROVERB*



■ စည်းကမ်း

စည်းကမ်းကလေးများမရှိဘဲ နေတဲ့သူဟာ သေတော့  
လူရှိသေစရာမရှိဘဲ သေရတတ်တယ်။

ဒိုက်စလန်စကားပုံ



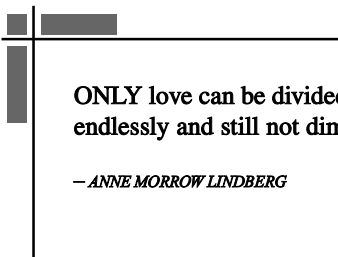
**You can't put a price tag on love,  
but you can on all its accessories.**

**– MELANIE CLARK**



■ အနှိုင်းမဲ့တန်ဖိုး

အချစ်မှာ ဈေးနှုန်းတံဆိပ် သွားကပ်လို့မရဘူး။ ဒါပေမယ့် သူနဲ့ပတ်သက်သမျှ ပစ္စည်းပစ္စယတွေပေါ်မှာတော့ ကပ်လို့ရတယ်။  
မိထားနီ ကလပ်စ်



**ONLY** love can be divided  
endlessly and still not diminish.

— *ANNE MORROW LINDBERG*

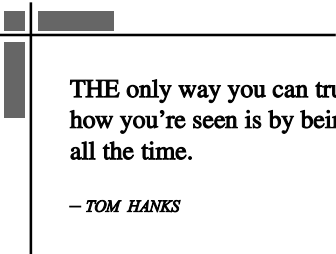




■ စိန်ရေစမ်းရေပမာ

အတောမသတ် ခွဲဝေပေးနေတဲ့ကြားက လျော့ပါးမသွားတဲ့  
အရာဆိုလို့ ချစ်ခြင်းမေတ္တာ တစ်ခုတည်းရှိတယ်။

အိန်းမောရိုး ထင်းဘာဂ်



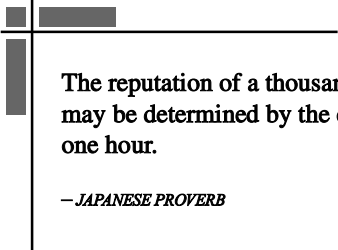
**THE only way you can truly control  
how you're seen is by being honest  
all the time.**

*– TOM HANKS*



■ ခိုးသားမှု

ကိုယ့်ကို တစ်ဖက်သား ဘယ်လိုမြင်သွားမလဲဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်လို့ တကယ်တမ်း ထိန်းချုပ်နိုင်တာ တစ်နည်းတည်းရှိ တယ်။ အဲဒါကတော့ အခါခပ်သိမ်း ကိုယ့်ဘက်က ရိုးသားမှုရှိဖို့ပဲ။  
**တော်စ် ဟဲန့်စ်စ်**



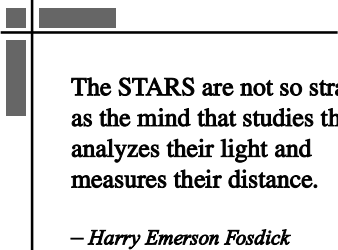
The reputation of a thousand years  
may be determined by the conduct of  
one hour.

— *JAPANESE PROVERB*

■ သိက္ခာမဲ့လုပ်ရပ်

နှစ်ပေါင်းထောင်ချီလာတဲ့ ဂုဏ်သိက္ခာပေးမယ့် တစ်နာရီစာ  
အပြုအမူကြောင့် အဆုံးဖြတ်ခံရတတ်တယ်။

ဂျပန်စကားပုံ



**The STARS are not so strange  
as the mind that studies them,  
analyzes their light and  
measures their distance.**

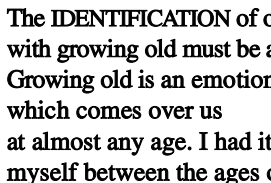
*– Harry Emerson Fosdick*



■ စိတ်

ကြယ်တာရာတွေက ထူးခြားဆန်းကြယ်တယ်ဆိုပေမယ့်၊  
သူတို့အကြောင်းလေ့လာ၊ သူတို့အလင်းကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာပြီး သူတို့  
အက္ခရာအလေးကို တိုင်းတာနေကြတဲ့ လူတွေရဲ့စိတ်လောက် မဆန်း  
ကြယ်ပါဘူး။

ဟယ်ရီ ဆီမာဆင် ဖျော်စစ်စ်



The IDENTIFICATION of old age  
with growing old must be avoided.  
Growing old is an emotion  
which comes over us  
at almost any age. I had it  
myself between the ages of  
25 and 30.

— *E.M. FORSTER*

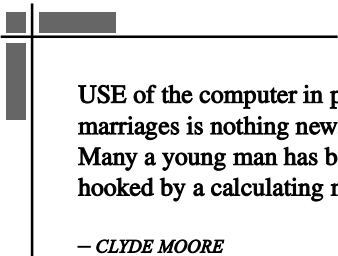




■ အိုစာတယ်ဆိုတာ

အိုစာတာကြည့်ပြီး အသက်ကြီးပြီလို့ ကောက်ချက်ချလို မရဘူး။ ရုပ်ရည် အိုစာတယ်ဆိုတာ စိတ်ခံစားမှုအရ အသက်အရွယ် မရွေး လူတွေအပေါ် ဖိစီးလာတတ်တယ်။ ကျွန်တော်ဆို အသက် အစိတ်နဲ့ သုံးဆယ်ကြားမှာ အိုစာသွားခဲ့တာ ကိုယ်တွေ့ပဲ။

အိမ် အစ်၊ ဖော့စတာ



**USE of the computer in planning  
marriages is nothing new.**

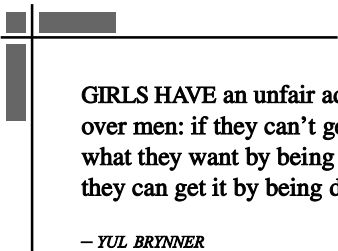
**Many a young man has been  
hooked by a calculating mother.**

**— CLYDE MOORE**



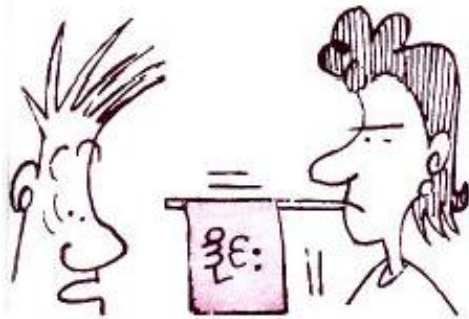
■ တွက်ရတယ် သမီးစေရ

အိမ်ထောင်ပြုဖို့ စီမံကိန်းဆွဲတဲ့နေရာမှာ ကွန်ပျူတာသုံးတာ အသစ်အဆန်းမဟုတ်ပါဘူး။ အတွက်အချက်ကောင်းတဲ့ မအေနဲ့ တွေ့ပြီး သမက်အဖမ်းခံရတဲ့ လူပျိုလေးတွေ နည်းတာမှတ်လို့။  
ကလိုက်စ် မိုး



**GIRLS HAVE** an unfair advantage  
over men: if they can't get  
what they want by being smart,  
they can get it by being dumb.

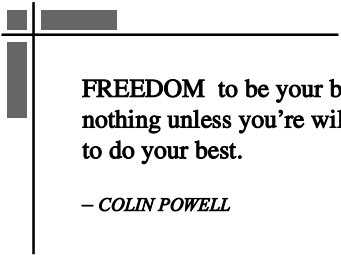
– *YUL BRYNNER*



■ အသံတိတ်လက်နက်

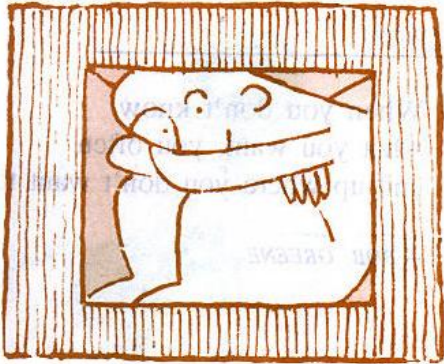
ယောက်ျားတွေအပေါ် မိန်းကလေးတွေ မတရားသဖြင့် အခွင့်  
 ကောင်းယူတာ တစ်ခုရှိတယ်။ သူတို့လိုချင်တာကို ရှမ်းရှမ်းဝေ  
 အောင်လုပ်ပြပြီး ယူလို့ရရင်ရ၊ မရရင် အ,အကြီးလိုလုပ်ပြီး  
 ရအောင်ယူတော့တာပဲ။

ယူးလ် ဘရိုင်ဖား



**FREEDOM** to be your best means  
nothing unless you're willing  
to do your best.

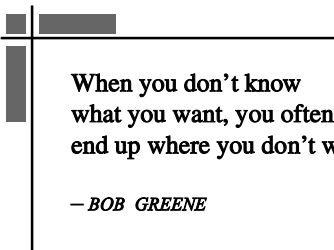
– *COLIN POWELL*



■ လွတ်လပ်မှု

ကိုယ်အတွက်အကောင်းဆုံးက လွတ်လပ်မှုပါလို့ဆိုပြီး  
 ကိုယ်ကိုယ်တိုင်က အကောင်းဆုံးဖြစ်အောင် လုပ်ချင်စိတ်မရှိရင်  
 အဲဒီလွတ်လပ်မှုဟာ အဓိပ္ပါယ်ရှိမှာ မဟုတ်ဘူး။

ကောလင်း ပေါင်းဝဲလ်



**When you don't know  
what you want, you often  
end up where you don't want to be.**

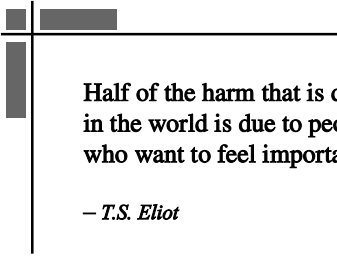
**– *BOB GREENE***





■ ပန်းတိုင်မဲ့စေရီးသည်

ကိုယ်လိုချင်တာ ဘာမှန်းမသိတဲ့လူဟာ ကိုယ်မသွားချင်တဲ့  
နေရာအရောက်မှာ ရှေ့မဆက်တော့ဘဲ ရပ်ပစ်လိုက်တတ်တယ်။  
ဘော့ဘ် ဂရိန်



**Half of the harm that is done  
in the world is due to people  
who want to feel important.**

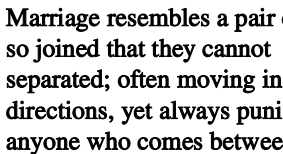
*– T.S. Eliot*



■ ကမ္ဘာ့ကျေးဇူးရှင်ကြီးများ

ကမ္ဘာ့အမှောင်ပယောဂတွေရဲ့ ထက်ဝက်ဟာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို  
သိပ်အရေးပါချင်သူတွေရဲ့ လက်ချက်ကြောင့် ဖြစ်ရတာပါ။

တီ၊ အက်စ်၊ အဲလီယော့တ်



**Marriage resembles a pair of shears,  
so joined that they cannot be  
separated; often moving in opposite  
directions, yet always punishing  
anyone who comes between them.**

**– SYDNEY SMITH**

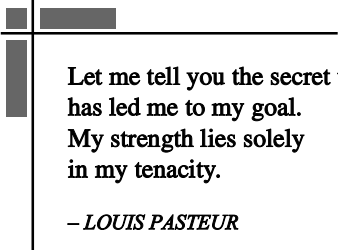




■ ခိုင်မြဲတဲ့အိမ်ထောင်

အိမ်ထောင်ကျသွားရင် ခြံစည်းရိုးပင်ဖြတ်တဲ့ ကတ်ကြေးကြီး တစ်လက်လို ဖြစ်လာတယ်။ ခိုင်လွန်းလို့ နှစ်ဖက်စလုံးက ပြုတ်မထွက်နိုင်ဘူး။ ဦးတည်လှုပ်ရှားရာဘက်ချင်း ဆန့်ကျင်ပေမယ့် ကြားထဲဝင်လာလို့ကတော့ ဘယ်သူ့ကိုဖြစ်ဖြစ် နှိပ်ကွပ်ပစ်လိုက်တာချည်းပဲ။

ဆစ်ဒနီ စမစ်သ်



**Let me tell you the secret that  
has led me to my goal.  
My strength lies solely  
in my tenacity.**

*– LOUIS PASTEUR*

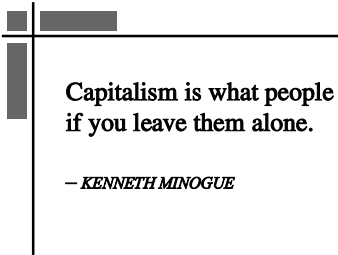




■ အောင်မြင်မှုရဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်

အောင်မြင်မှုဆီ ကျွန်တော့်ကို ပို့ဆောင်ပေးခဲ့တဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်အကြောင်း ပြောပြပါရစေ။ ကျွန်တော်ရဲ့ ခွန်အားမှန်သမျှ နောက်မဆုတ်တမ်း လက်မလျော့တမ်းဆိုတဲ့ အထဲမှာ လုံးလုံးနှစ်ဝင် နေတာပါပဲ။

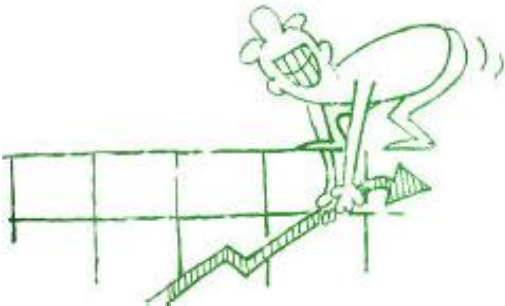
ထုဝီ ပက်စ်ချာ



**Capitalism is what people do  
if you leave them alone.**

**– *KENNETH MINOGUE***

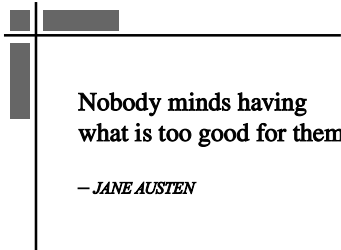




■ အရင်းရှင်စနစ်

အရင်းရှင်စနစ်ဆိုတာ လူတွေကို သူတို့စိတ်ကြိုက် လွှတ်ပေး  
လိုက်ရင် လုပ်တတ်ကြတဲ့ အလုပ်ပဲ။

ကက်နက် မင်းနော့



**Nobody minds having  
what is too good for them.**

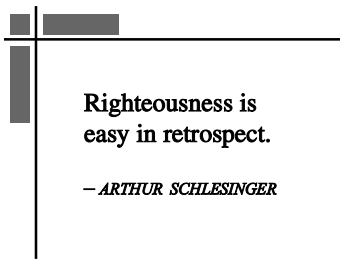
*– JANE AUSTEN*



■ ကျေနပ်ပါတယ် . . .

ကိုယ့်အတွက် ကောင်းပေ့ဆိုတာ ရလို့ကတော့ ဘယ်သူမှ အဆိုးမဆိုဘူး။

ဂျိန်း အော်စတင်

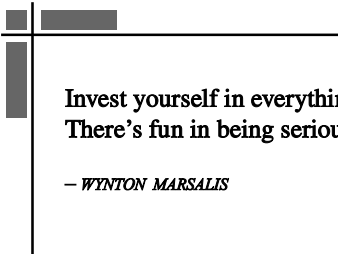


**Righteousness is  
easy in retrospect.**

*— ARTHUR SCHLESINGER*



- ကိုယ်ကျင့်တရား မှတ်ကျောက်  
စာရိတ္တကောင်းရင် နောက်ကြောင်းရှင်းတယ်။  
အာသာ ရှုထေဆင်းဂါး



**Invest yourself in everything you do.  
There's fun in being serious.**

– *WYNTON MARSALIS*

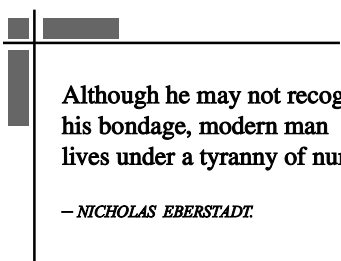


■ နှစ်နှစ်ကာကာ

ဘာပဲလုပ်လုပ် စိတ်ရောကိုယ်ပါ နှစ်ပြီးလုပ်ပါ။

အလေးအနက်ထားတတ်ရင် ပျော်မွေ့စရာကောင်းပါတယ်။

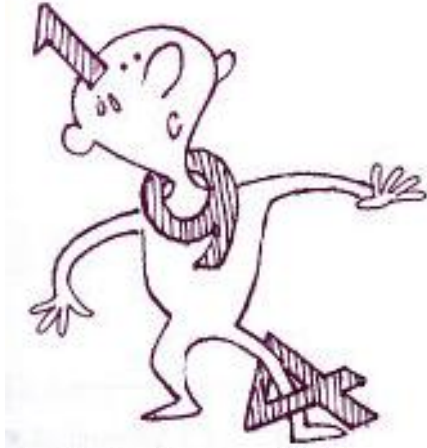
ဝင်တင် မားဆယ်



**Although he may not recognise  
his bondage, modern man  
lives under a tyranny of numbers.**

*– NICHOLAS EBERSTADT.*

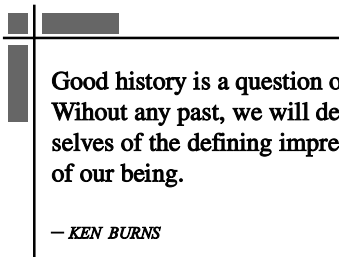




■ ကိန်းဂဏန်းတွေနဲ့ ဒုက္ခရောက်နေတဲ့လူ

ခေတ်သစ်မှာ လူဖြစ်ရတာက ကိုယ့်ကိုယ်ကို အနှောင်ဖွဲ့ခံ  
လို့ ခံနေရမှန်းမသိဘဲ၊ ကိန်းဂဏန်းတွေရဲ့ စိုးမိုးခြယ်လှယ်မှုအောက်  
မှာ အသက်ရှင်နေရတတ်တယ်။

နစ်ကထင်စိ အိဘာစတတ်



**Good history is a question of survival.  
Without any past, we will deprive our-  
selves of the defining impression  
of our being.**

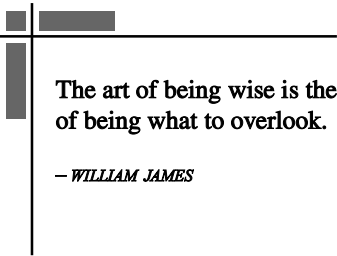
**— *KEN BURNS***



■ သမိုင်းရှိတဲ့လူ

သမိုင်းကြောင်းကောင်းတယ်ဆိုတာ အကျပ်အတည်းကနေ လွတ်မြောက်ရှင်သန်အောင် ဘယ်လောက် အားထုတ်ခဲ့ရသလဲလို့ အမေးပြန်းခံနိုင်ရမယ်။ လူမှာ နောက်ကြောင်းမရှိရင်၊ ကိုယ့် အကြောင်း ကိုယ့်သိက္ခာ ဖွင့်ဆိုရမယ်နေရာမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဖယ်ရှားပစ်ရာ ရောက်လိမ့်မယ်။

ကဲန်း ဘန်းစ်



The art of being wise is the art  
of being what to overlook.

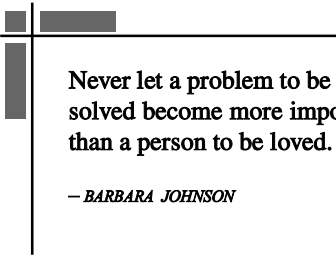
— *WILLIAM JAMES*



■ ပညာရှိဖြစ်နည်း

ပညာရှိဖြစ်နည်း နိဿရည်းကတော့ ကျော်သင့်တာကို  
ကျော်လွှားပြီး ကြည့်တတ်ဖို့ပါ။

ဝိထျှန် ဂျိမ်းစ်



Never let a problem to be  
solved become more important  
than a person to be loved.

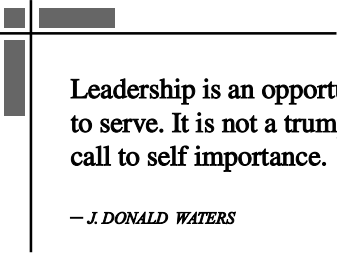
– *BARBARA JOHNSON*



■ လူသာပဇာန

ဖြေရှင်းရမယ်၊ ပြဿနာတစ်ခုကို ချစ်ရခင်ရမယ်၊ လူ  
တစ်ယောက်ထက်ပိုပြီး အရေးကြီးမနေမိပါစေနဲ့။

ဘာဘရာ ဂျွန်ဆင်



**Leadership is an opportunity  
to serve. It is not a trumpet  
call to self importance.**

*— J. DONALD WATERS*

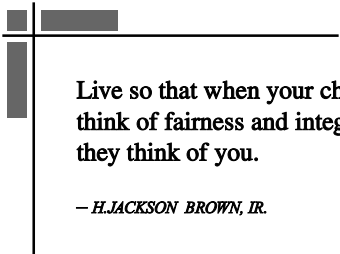




**ခေါင်းစောင်နှူဆိုတာ**

ခေါင်းဆောင်မှုဆိုတာ အလုပ်အကျွေးပြုဖို့ အခွင့်အလမ်း ပေါ်တာပဲ။ ငါသာလျှင် အရေးပါတယ်လို့ တံပိုးခရာမှုတ်ပြနေစရာ မဟုတ်ဘူး။

ကျေး ခေါ်နယ်လ် ဝေါလ်တာစ်



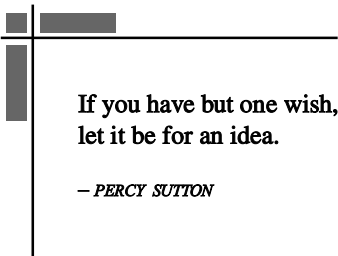
**Live so that when your children  
think of fairness and integrity,  
they think of you.**

*— H.JACKSON BROWN, JR.*



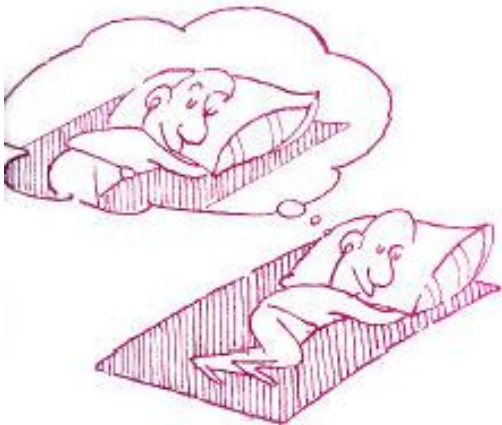
■ စံပြုလောကီအောင်စနု

ကိုယ့်သားသမီးတွေက ရိုသားကြိုးစားမှုအကြောင်း စဉ်းစား  
 ကြတဲ့အခါ၊ ကိုယ့်အကြောင်း ထည့်တွေးဖြစ်အောင်နေပြပါ။  
 အိပ်ချ့်၊ ဂျက်ဆင် ဘရောင်း (ဂျူနီယာ)



**If you have but one wish,  
let it be for an idea.**

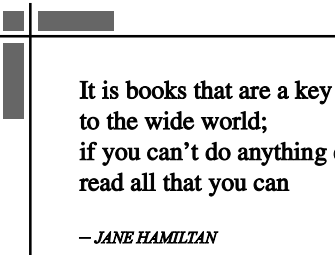
*— PERCY SUTTON*



■ ဘဝမှာ စိတ်ကူးကောင်းဖို့လိုတယ်

ကိုယ့်မှာ တောင့်တစရာ ဆန္ဒဆိုလို့ တစ်ခုတည်းသာ ရှိမယ်  
ဆိုရင်လေ... အဲဒီဆန္ဒကို စိတ်ကူးထုတ်ဖို့ ဖြစ်ပါစေ။

ပါစီ ဆတ္တန်



**It is books that are a key  
to the wide world;  
if you can't do anything else,  
read all that you can**

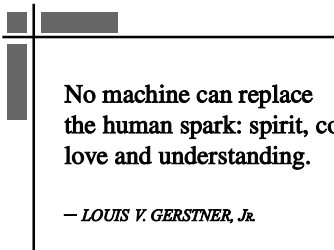
*— JANE HAMILTON*



■ စာဖတ်ပါ

ကျယ်ဝန်းတဲ့ ကမ္ဘာမှာ စာအုပ်တွေဟာ အခရာပဲ။ တခြား ထူးထူးထွေထွေ လုပ်စရာမရှိရင် တတ်နိုင်သလောက် စာများများ ဖတ်ပါ။

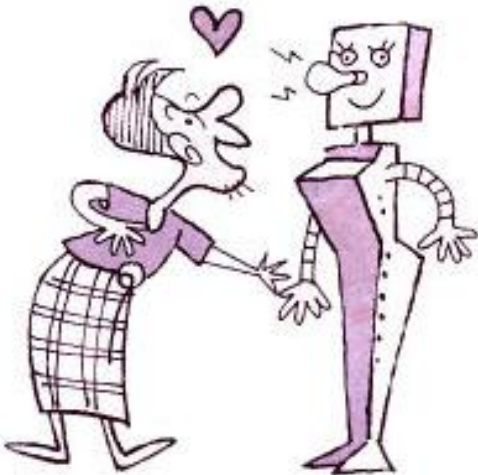
ဂျိန်း ဟမိလ်တန်



**No machine can replace  
the human spark: spirit, compassion,  
love and understanding.**

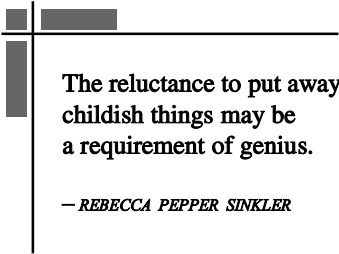
— *LOUIS V. GERSTNER, Jr.*





■ အစားထိုးလို့ မရတာတွေ

လူ့အစွမ်းအစကို ဘယ်စက်ကိရိယာနဲ့မှ အစားထိုးလို့ မရဘူး။  
 ဥပမာ-စိတ်ဓာတ်၊ ကရုဏာ၊ မေတ္တာနဲ့ စာနာနားလည်မှု။  
 ထုတ် ဖွဲ့၊ ဂီမ်းနား (ဂျူနီယာ)



**The reluctance to put away  
childish things may be  
a requirement of genius.**

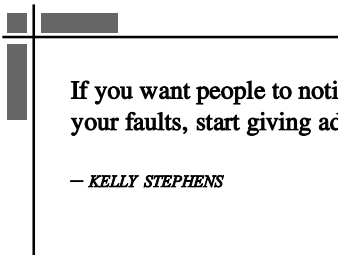
**— *REBECCA PEPPER SINKLER***



■ နည်းနည်းတော့ ကြောင်ချင်ကြောင်မယ်

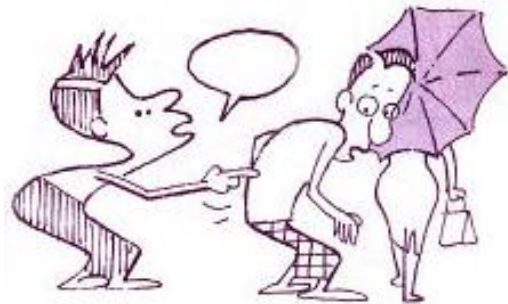
ကလေးကလား ကိစ္စမျိုးတွေကို မစွန့်လွှတ်နိုင်တာဟာ ပါရမီ  
ရှင်ဖြစ်ဖို့ လိုအပ်ချက်တစ်ခုလို့ ဆိုရမယ်။

ရီဘက်ကာ ပက်ပါ ဆင့်ကလာ



**If you want people to notice  
your faults, start giving advice.**

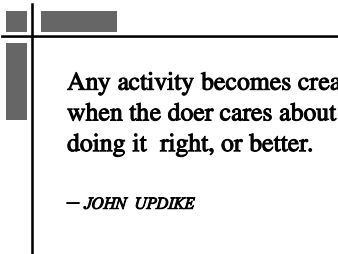
**— *KELLY STEPHENS***



■ အကြံပေးပုဂ္ဂိုလ်

ကိုယ်အသုံးမကျတာ လူတကာသိစေချင်ရင် အကြံဉာဏ်ပေး  
တဲ့ အလုပ်သာ စလုပ်လိုက်ပါ။

ကယ်လီ ဇတီဖင်စ်



**Any activity becomes creative  
when the doer cares about  
doing it right, or better.**

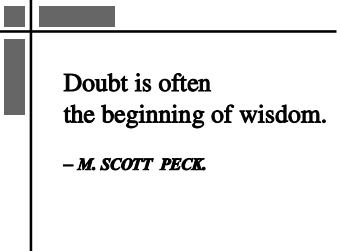
*— JOHN UPDIKE*



■ ဖန်တီးမှုသဘောတရား

ဘယ်လုပ်ရပ်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လုပ်တဲ့လူကိုယ်တိုင်က မှန်မှန် ကန်ကန်နဲ့ မကောင်းကောင်းအောင် ဂရုတစိုက်လုပ်ကိုင်နေပြီ ဆိုရင် ဖန်တီးမှုသဘော သက်ဝင်လာတတ်တယ်။

**ရွှန် အပ္ပစိတ်**



**Doubt is often  
the beginning of wisdom.**

***- M. SCOTT PECK.***

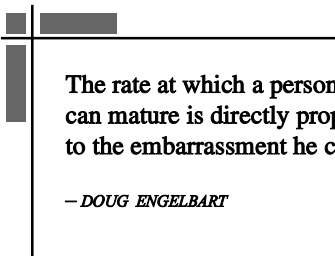




■ မျက်စိမှိတ်မယ့်နဲ့

ခွဲဟသံသယဆိုတာ ဉာဏ်ပညာရဲ့ ကနဦးအစ ဖြစ်နေတတ်  
တယ်။

အမ်း၊ စကော့ ပက်



**The rate at which a person  
can mature is directly proportional  
to the embarrassment he can tolerate.**

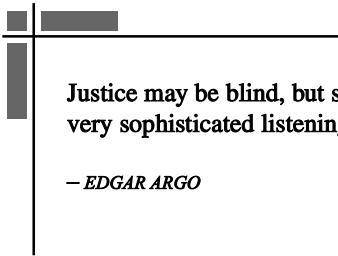
*— DOUG ENGELBART*



■ ရင့်ကျက်တယ်ဆိုတာ

လူတစ်ယောက်ရဲ့ ရင့်ကျက်နိုင်တဲ့ နှုန်းကို တွက်ကြည့်ရင် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စရာ ကြုံတဲ့အခါ ဘယ်လောက်ခံနိုင်ရည် ရှိသလဲဆိုတာနဲ့ တိုက်ရိုက်အချိုးကျတယ်။

**ဒေါက် အဲန်ဂျယ်ဘုတ်**



**Justice may be blind, but she has  
very sophisticated listening devices.**

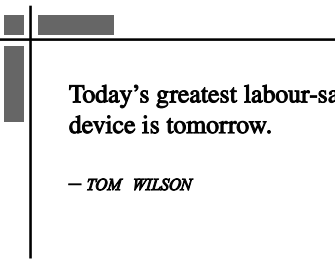
*– EDGAR ARGO*



■ တရားမျှတမှု

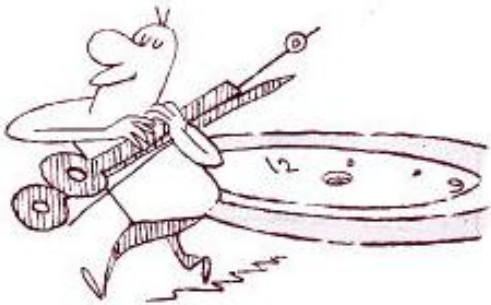
တရားမျှတမှုမှာ မျက်စိပါချင်မှ ပါမယ်။ ဒါပေမယ့် အနစ်တ်  
ကြားနိုင်တဲ့ နားကြပ်နစ်ဖက်တော့ တပ်ထားပါတယ်။

အက်ဂါ အာဂို



**Today's greatest labour-saving  
device is tomorrow.**

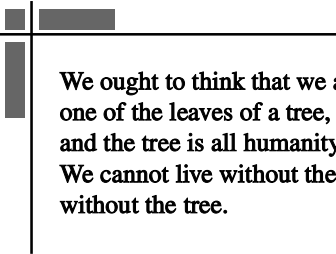
*— TOM WILSON*



■ အချိန်ရွှေ့ဆိုင်းရေးကိရိယာ

ဒီကနေ့အတွက် အလုပ်သက်သာအောင် လုပ်ပေးတဲ့ မဟာ  
ယန္တရားကြီးတစ်ခုရှိတယ်။ မနက်ဖြန်...တဲ့။

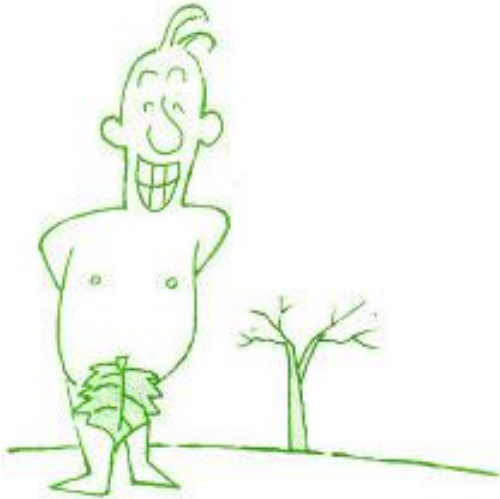
တော်စ် ဝိယ်ဆင်



**We ought to think that we are  
one of the leaves of a tree,  
and the tree is all humanity.  
We cannot live without the others,  
without the tree.**

*– PABLO CASALS*

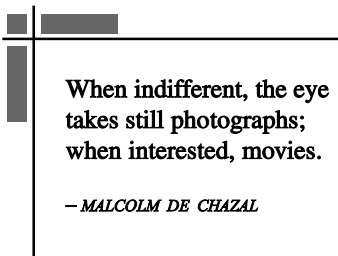




■ မကင်းရာ မကင်းကြောင်း

လူ့လောကကြီးကို သစ်ပင်တစ်ပင်နဲ့ နိုင်းမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော် တို့က သစ်ရွက်တစ်ရွက်စီနဲ့ တူတယ်။ သစ်ပင်နဲ့ကင်းလို့ဖြစ်စေ၊ တခြားသစ်ရွက်တွေနဲ့ ကင်းလို့ဖြစ်စေ၊ ကျွန်တော်တို့ ရှင်သန် မနေနိုင်ဘူး။

ပတ်ဘလို ကာဆယ်ယ်

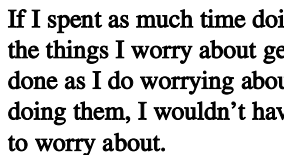


**When indifferent, the eye  
takes still photographs;  
when interested, movies.**

*– MALCOLM DE CHAZAL*

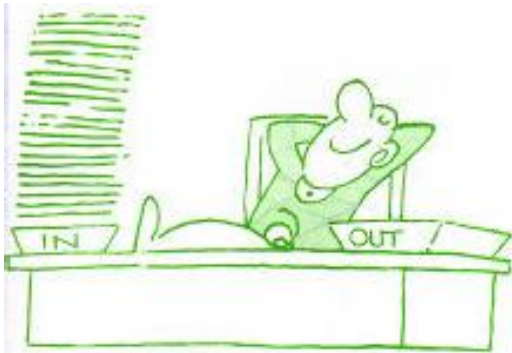


■ ချစ်သောမျက်စိ၌ အမျက်အအိမရှိ  
 အရေးမစိုက်တဲ့အခါ မျက်စိက ရုပ်သေဓာတ်ပုံတွေပဲ ရိုက်ယူ  
 တယ်။ အရေးလည်းစိုက်ရော ရုပ်ရှင်တွေ ဖြစ်ကုန်ပါလေရော။  
 မယ်လ်ကွမ်း နီ ချာဖယ်လ်



**If I spent as much time doing  
the things I worry about getting  
done as I do worrying about  
doing them, I wouldn't have anything  
to worry about.**

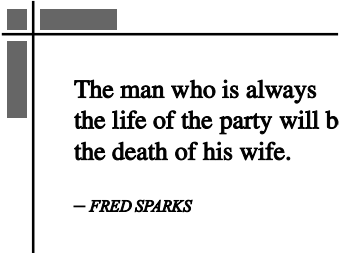
**— BERYL PFIZER**



■ **ကြောင့်ကြောင်းချစ်ရင် ကြောင့်ကြစိုက်ပါ**

လုပ်လို့မပြီးမှာ စိုးရတဲ့အလုပ်တွေကို မပြီးပြီးအောင် စိုးရိမ် စိတ်နဲ့လုပ်ရင်း အတတ်နိုင်ဆုံး အချိန်ပေးခဲ့မယ်ဆိုရင်၊ ကိုယ့်မှာ စိုးရိမ်စရာ ဘာတစ်ခုမျှ ရှိမှာမဟုတ်တော့ပါဘူး။

**ဘီရိယံ ဖိုင်စာ**



**The man who is always  
the life of the party will be  
the death of his wife.**

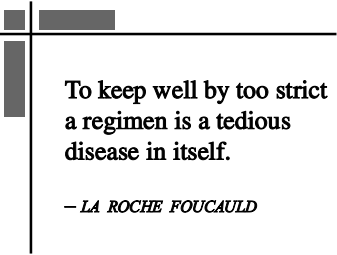
**– FRED SPARKS**



■ သင့်မြတ်အောင် ပေါင်း

အပေါင်းအသင်းတွေအတွက် အမြဲတမ်း အသက်ရှင်နေတဲ့ လူဟာ အိမ်ကမယားအတွက်တော့ အသက်သေနေတာနဲ့ အတူတူပဲ။

ဖရက်စ် ပေါ်စ်စ်



**To keep well by too strict  
a regimen is a tedious  
disease in itself.**

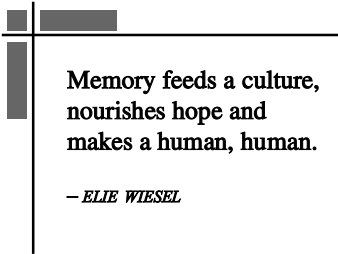
*– LA ROCHE FOUCAULD*





■ စိတ်မသက်သာတဲ့ ကျန်းမာရေး

နေရာတကာပုံစံကျမှ ကျန်းမာရမယ်ဆိုရင် နေ့နည်းစားနည်း  
စဉ်းမျဉ်းထဲမှာ စိတ်ကုန်စရာ ရောဂါပိုးပါလာသလို ဖြစ်နေမှာပေါ့။  
ထာ ရီရှေ ဖိုးကောလ်



**Memory feeds a culture,  
nourishes hope and  
makes a human, human.**

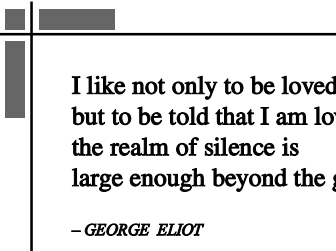
***– ELIE WIESEL***



■ အမှတ်သညာရဲ့ သတ္တိ

ယဉ်ကျေးမှုကို ပျိုးထောင်ပေးတာ၊ မျှော်လင့်ချက်ကို ရှင်သန်စေတာ၊ လူကို လူဖြစ်အောင်လုပ်ပေးတာ မှတ်ဉာဏ်ပါ။

**အယ်လီ ဝိုင်ဇယ်**



**I like not only to be loved,  
but to be told that I am loved;  
the realm of silence is  
large enough beyond the grave.**

*- GEORGE ELIOT*



■ အချစ်မှာ စကားလုံးလိုတယ်

ကိုယ်က အချစ်ခံနေရုံနဲ့ မကျေနပ်နိုင်ဘူး။ ကိုယ့်ကိုချစ်တဲ့ အကြောင်း ပြောတာလေးလည်း ကြားချင်သေးတယ်။ တေမိ လုပ်နေတဲ့တိုင်းပြည်က သင်္ချိုင်းမြေရဲ့ ဟိုဘက်မှာ အကျယ်ကြီးပါ။  
**ဂျော့ချ် အဲလီယော့**

More things grow in the garden  
than the gardener sows.

—SPANISH PROVERB

■ လောကဓမ္မတာ

ခြံတစ်ခြံမှာ ဥယျာဉ်များစိုက်ပျိုးလိုက်တာထက် အပိုပေါက်  
လာတာတွေက များတယ်။

စပိန်စကားပုံ

The average man will bristle  
if you say his father was dishonest,  
but he will brag a little  
if he discovers that his  
great-grandfather was a pirate.

— BERN WILLIAMS

■ အမျိုးကလည်း မသေးစေဘူး

သူလိုကိုယ်လိုလူကို ခင်ဗျားအဖေက ကလိမ်ကကျစ်ကြီး  
ပါလို့ သွားပြောရင် အဲဒီလူ ထောင်းခနဲဖြစ်လိမ့်မယ်။ ဒါပေမယ့်  
သူ့အဘိုးအဘေးလို ပုဂ္ဂိုလ်က ပင်လယ်စားပြကြီးဖြစ်ခဲ့မှန်းသာသိ  
အဲဒီလူ နည်းနည်းတော့ သွေးကြီးမွေးကြီး ဖြစ်သွားမှာပါ။

ဘန်း ဝိထွဏ်

Everyone wishes  
they'd known everything sooner.

— *NELSON DE MILLE*

■ ထင်တစ်လုံး

ဘာမဆို သင်လိုက်ရင် မကြာခင်တတ်မှာပါလို့ လူတိုင်း  
ထင်တစ်လုံးနဲ့ ချည်းပဲ။

နယ်လ်ဆင် ဒီ မီလ်



Every generation needs  
to know that freedom consists  
not in doing what we like,  
but in having the right to do  
what we ought.

— POPE JOHN PAUL II

■ လွတ်လပ်ခြင်းအဓိပ္ပာယ်

လူမျိုးဆက်တိုင်း သဘောပေါက်ဖို့လိုတာက လွတ်လပ်တယ်  
ဆိုတာ ကိုယ်လုပ်ချင်တာလုပ်နိုင်ဖို့ မဟုတ်ဘူး။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်  
တာကို လုပ်ပိုင်ခွင့်ရှိဖို့ပဲ။

ပုပ်ရဟန်းမင်းကြီး ခုတီယမြောက်ဂျွန်ပေါလ်



We are all inclined to judge  
ourselves by our ideals;  
other, by their acts.

—HAROLD NICOLSON

■ **စိတ်ကူးနဲ့ လက်တွေ့.**

ကျွန်တော်တို့က ဘာမဆိုကိုယ့်စိတ်ကူးထဲရှိတာတွေနဲ့  
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆုံးဖြတ်ချင်ကြတယ်။  
တချို့ကတော့ သူတို့ကိုယ်သူတို့ အလုပ်နဲ့ပိုင်းဖြတ်ပြတယ်။  
ဟယ်ရယ် နီကိုလ်ဆင်

There is always one moment in  
childhood when the door opens  
and lets the future in.

— *GRAHAM GREENE*

■ သားသားကြီးရင် ဘာလုပ်မယ်

ဖျတ်ခနဲ တံခါးပွင့်သွားပြီး အနာဂတ်က အိမ်ထဲဝင်လာတဲ့  
အချိန်တစ်ချိန်နဲ့ ကလေးဘဝမှာ တစ်ခါတော့ ကြုံရစမြဲပဲ။  
ဂရေဟမ် ဂရီးန့်

Where there is great love,  
there are always miracles.

— *WILLA CATHER*

■ **မေတ္တာစွမ်းအင်**

မေတ္တာထုထည်ကြီးမားလေ  
ကံအကျိုးပေးဆန်းကြယ်လေပဲ။

**ပီလာ ကာလာ**

What is the difference between  
a taxidermist and a tax collector?  
The taxidermist takes only your skin.

— MARK TWAIN

■ **စွာစော့စွာတာဝံ**

အရေခွံခွာတဲ့လူနဲ့ အခွန်ကောက်တဲ့လူ ဘာကွာသလဲ။  
အရေခွံခွာတဲ့လူက ကိုယ်ဆီက အရေပြားလောက်ပဲ ခွာယူတာပါ။  
မာန် တို့နိုး

When one finds himself  
in a hole of his own making,  
it is good time to examine  
the quality of workmanship.

— JON REMMER

■ အနွှဲစံလုပ်စေတာ

ကိုယ့်အလုပ်မှာ စရိတ်ထောင်းမှန်း သတိထားမိရင် အဲဒီ  
အချိန်ဟာ ကိုယ်ဘယ်လောက် လုပ်ရည်ကိုင်ရည်ရှိတယ်ဆိုတာ  
ပြန်စစ်ဆေးကြည့်ဖို့ ကောင်းတဲ့အချိန်ပဲ။

ဖွန် ရမှားစ်

This is a moment of hope in history.  
Why doesn't anybody say so?

— P.J. O'ROURKE

■ **မျှော်လင့်လိုက်စမ်းပါ**

ဒီအချိန်ဒီအခါဟာ လူသမိုင်းမှာ မျှော်လင့်ချက်ရှိတဲ့ အချိန်ပဲ။  
ဒီစကားကို ဘယ်သူက ဘာဖြစ်လို့မပြောနိုင်ရမှာလဲ။

ပီ၊ ဂျေ၊ ဒိုရော့ကီး

It's a lot better to hope than not to.

– BENJAMIN J. STEIN

■ **စိတ်စေးစေးထား**

မျှော်လင့်ချက်ရှိသေးတယ်ဆိုတာ အလျှင်းမရှိတာထက်စာရင်  
အပုံကြီးသာတာပေါ့။

**ဘင်ဂျမင်၊ ဂျေ၊ စတီဗ်**



The strength of a nation derives  
from the integrity of the home.

— *CONFUCIUS*

■ တစ်အိမ်သားလုံး ညီညွတ်ကြ

နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံရဲ့ အင်အားဆိုတာ တစ်အိုးတစ်အိမ်ချင်း  
စုစည်းညီညွတ်မှုအပေါ်တည်တယ်။

ထွန်းဇော်စုတ်

My test of a good novel  
is dreading to begin  
the last chapter.

— *THOMAS HELM*

■ **စံစားမှုပေဓာတ်**

ဝတ္ထုကောင်းတစ်ပုဒ်ကို ကျွန်တော် စစ်ဆေးကြည့်တဲ့နည်းက  
ဇာတ်သိမ်းခန်းကို စဖတ်ရမှာစိုးနေတာပဲ။

**သောမတ်စ် ဟဲတ်မ်း**

Don't approach a goat  
from the front, a horse from the back  
for a fool from any side.

— YIDDISH PROVERB

■ ဝေးဝေးကရှောင်

ဆိတ်နဲ့တွေ့ရင် ရှေ့တည့်တည့်ကမနေနဲ့။ မြင်းနဲ့တွေ့ရင်  
နောက်ကမနေနဲ့။ စိတ်မနှံ့တဲ့လူနဲ့တွေ့ရင်တော့ ဘယ်ဘက်ကမှ  
မနေလေနဲ့။

ဂျူးစကားပုံ

All art, like all love,  
is rooted in heartache.

— ALFRED STIEGLITZ

■ **ချစ်တာအနုပညာ**

အနုပညာနှင့်သမ္မတ အချစ်နဲ့အတူတူပဲ။ နှလုံးသား ဝေဒနာမှာ  
အမြစ်တွယ်ပေါက်ရတယ်။

**အဲလ်ဖရက် စတီတ်ဂလစ်တန်**

Humor is laughing at  
what you haven't got  
when you ought to have it.

— *LANGSTON HUGHES*

■ ရှက်မြဲကြီး

ကိုယ်လိုချင်တာ မရလို့ရယ်ပြတာကို ဟာသလိုခေါ်တယ်။  
ထယ်နံ့ထန် ဟူရောင်

You can't have a multiracial country  
with a monoracial leadership.

— *NICHOLAS LEMANN.*

■ စုပေါင်းတာဝန်ယူမှု

လူမျိုးတစ်မျိုးတည်း ခေါင်းဆောင်မှုနဲ့ လူမျိုးပေါင်းစုံနေတဲ့  
နိုင်ငံထူထောင်လို့ မရနိုင်ဘူး။

နှစ်ကထပ်စံ လီမန်း

There is great audacity  
in the willingness to change,  
and more than a little optimism.

— ROBERT CRAIS

■ **ဓနုရစ်ဇော့ ဇဇော်ဇောင်း**

အပြောင်းအလဲ လုပ်ချင်စိတ်ဆိုတဲ့အထဲမှာ မိုက်မိုက်  
ကန်းကန်း သတ္တိရှိတာ အများကြီးပါတယ်။ တော်ရုံသင့်ရုံ  
အကောင်း မြင်တတ်တာထက်လည်း နည်းနည်းပိုရတယ်။

**ဇရာဘတ် ဇရေရစ်**

Sometimes the news  
is in the noise,  
and sometimes the news is  
in the silence.

— THOMAS FRIEDMAN

■ ကြားပြီးပြီလား

သတင်းဆိုတာ တစ်ခါတစ်ရံ အသံဗလံနဲ့လာတယ်။  
တစ်ခါ တစ်ခါကျတော့ သတင်းက  
အသံတိတ်လာတတ်တယ်။

**ထောပတ်စ် ဖရိုက်ပဲန်း**



“Abandon learning and  
there will be no sorrow.”

— LAOZI

■ **သံဝေဂမဲ့နောင်အဖို့**

“စာမတတ်အောင်သာနေလိုက်ပါ။ ဝမ်းနည်းမှုဆွေးတတ်စရာ  
လည်း အကြောင်းမရှိတော့ဘူးပေါ့။”

**လောင်းနီ**

“Ruling a big country is like  
cooking a small fish.”

— LAOZI

■ **လွယ်တယ်မှန်လို့လား**

“တိုင်းပြည်အကြီးကြီး တစ်ပြည်ကို အုပ်ချုပ်ရတာဟာ  
ငါးသေးသေးလေး တစ်ကောင်တည်းနဲ့ ဟင်းဖြစ်လာအောင်  
ချက်ရသလိုပဲ”

လောင်စီ

“To become rich is easy.  
Much harder is to solve  
the riddles of the heart.”

– CAO XUE QIN

■ နှလုံးသားစကားစာ

ကြီးပွားချမ်းသာအောင် လုပ်ရတာကလွယ်တယ်။  
နှလုံးသားက ဝှက်တဲ့စကားထာတွေကို  
ဖော်ရတာက အများကြီးပိုခက်တယ်။

ကောင်စုကွင်း

“Poverty is not socialism.  
To be rich is glorious.”

— *DENG XIAOPING*

■ ပြည်သူ့တွေ ဧကန်ပြန်ရမယ်

ဆိုရှယ်လစ်စနစ်ဆိုတာ ဆင်းရဲနေဖို့မဟုတ်ဘူး။  
ချမ်းသာအောင်လုပ်နိုင်ရင် ဩဇာရှိတာပေါ့။

တိန်ရှောက်ပင်

“Show me a hero,” said  
F. Scott Fitzgerald, “and  
I will write you a tragedy.”

■ ကမ္ဘာ့အာတ်နံ့ပေါ်မှာ

“ကျုပ်ကို သူ့ရဲ့ကောင်းတစ်ယောက်လောက် ပြစမ်းပါ” ဆိုပြီး  
အက်စ် စကော့ ဖစ်ဂျာလ်က ဆက်ပြောတယ်။

“ခင်ဗျားကို ကျုပ် အလွမ်းတတ်တစ်ပုဂ္ဂိုလ်ရေးပြပါမယ်” တဲ့။

Man's mind is like  
a parachute: to work,  
it first has to be open.

– J.J. SMITH

■ **ခွန်လွယ်ဒါ**

လူ့မိတ်ဆိုတာ လေထီးလိုပါပဲ။ အလုပ်လုပ်စေချင်ရင် ပထမ  
ဦးဆုံး ပွင့်သွားမှဖြစ်မယ်။

ကျေး ကျေး စမစ်သ်

အနုပညာ

- ၁၉၁၂ ဗြိတိသျှ
- ၁၉၁၈ ဇာတ်ကားများ
- ၁၉၅၁ အရှင်နိဗ္ဗာန်
- ၁၉၆၈ မောင်လွန်လွန်

၁၉၅၁

မြင့်နိုင်လှိုင် + အောင်စိန်လှိုင်

မင်္ဂလာကျောင်းသား ကလေးများအဖို့ သတ္တဝါတို့၏ ဝိသေရာ အရာမှာ ဂုဏ်ထူးဆောင်စာပေနှင့် ဘဝနိဗ္ဗာန် သူတို့၏မှာ အလေးအထားရှိပါသည်။

အနုပညာ



- ဗြိတိသျှ
- ညီညွတ်
- အာသင်ပြန်စာရေးဆရာကြီးတို့များ
- မုံရွာတပ်မတော်
- မြင့်နိုင်လှိုင်
- ဦးနုအိမ် (ဇာတ်ကားအတွက်)

သာလှယ်သမီးလယ် စကားပြောပေးဖို့ အိမ်ထောင်ပြုပြီးမှ (အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ) အာရုံစိုက်သည် (ခရီးသွားမှတ်တမ်းအောင်ပုံများဖြင့်) မျက်နှာမာမာအောင် နိုင်ငံတော်အောင်ပုံများ၊ စကားပေအောင်ပုံများပါ တေးပေးအောင်ပွဲ ပုံဖြူ အင်္ဂလိပ်-မြန်မာအောင်ပွဲ

စိတ်ကူးချိုချိုမှစီစဉ်သော

ကာတွန်းသရုပ်ဖော်နှင့် အတွေးအခေါ်စာအုပ်များ

ထွက်ပြီး

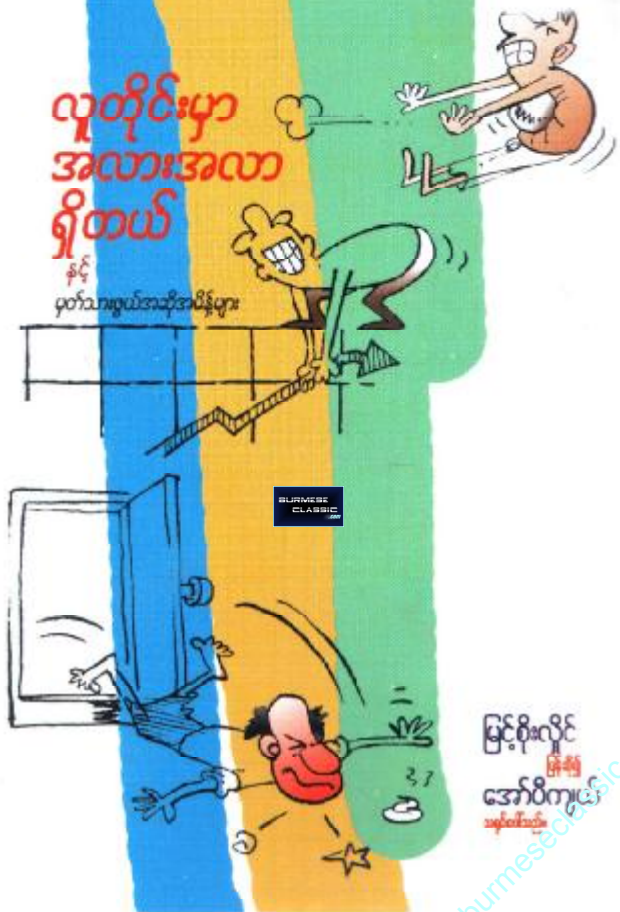
BURMESE  
CLASSIC

- ခင်မောင်ညို (ဘောဂဗေဒ)နှင့် အော်ပီကျယ်တို့၏  
သင်ဘယ်လောက် အောင်မြင်ချင်သလဲ  
သင်ဘယ်လောက် အောင်မြင်နိုင်မလဲ
- ဇော်မောင်နှင့် မြင့်စိုးလှိုင်တို့၏  
ဥာဏ်ကောင်းသူတို့နှုတ်၌ ပညာကိုတွေ့ရ၏



# လူတိုင်းမှာ အလားအလာ ရှိတယ်

နှင့်  
မှတ်သားဖွယ်အဆိုအမိန့်များ



BURMESE  
CLASSIC

မြင့်စိုးလွင်  
ပြန်ဆို  
အော်ပီကျယ်  
ဆုတံဆိပ်