ကောင်းသန့်

ကမ္ဘာကျော်စကား
မှတ်သားစရာ

(စာရေး သူ၏ အမှာ စာ)

ကျွန်တော့် ထံသို့ လူကြုံနှင့် စာအုပ်တစ်အုပ်ရောက်လာသည်။ အမေရိကန်ရောက် တပည့်ကိုကိုကျော်က လူကြုံနှင့် လက်ဆောင်ပေးလိုက် ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကမ္ဘာ့ကျော်ပုဂ္ဂိုလ်များ ရေး ခဲ့သည့် အမှတ်တရစကားများ ကို စုစည်းဖော်ပြထားသည့်စာအုပ် ဖြစ်သည်။

ထိုစာအုပ်ကို ဖတ်ကြည့်သော အခါ လူငယ်များ အတွက် အတုယူအားကျ မှတ်သားစရာများ ပါရှိနေသဖြင့် The Best English မဂ္ဂဇင်းတွင် ဘာသာပြန် ဖော်ပြချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာ၏ ။

စိတ်စေတနာ၏ လှုံ့ဆော်တိုက်တွန်းမှု ကြောင့် ကျွန်တော် သည် The Best Englishမဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ်ဘာသာပြန်ရေး သားဖော်ပြပေးခဲ့၏ ။ ဖတ်မိသူ လူငယ်များ အနေဖြင့် ကမ္ဘာ့ကျော်ပုဂ္ဂိုလ်များ ၏ လက်ရေး မူရင်း၊ သူတို့အတွေ း သူတို့စာ သူတို့၏ အမှတ်တရစကားတို့ကို ဖတ်ရမြင်ရ အားကျအတုယူ ကြိုး စားချင်စိတ် ဖြစ်ပေါ်စေချင်ပါသည်။

ရှားရှားပါးပါး တွေ ့ရသော ကမ္ဘာ့ကျော်ပုဂ္ဂိုလ်များ ၏ မူရင်းလက်ရေး ကိုလည်း အသေအချာကြည့်ရှုလေ့လာကြမည် ဆိုလျှင် ထူးခြားမှု တစ်ခုခု တွေ ့လိမ့်မည် ထင်ပါ၏ ။

ယူတတ်သော မျက်စိဖြင့် ဤစာအုပ်ကို အသေအချာ လေ့လာဖတ်ရှုအတုယူတတ်ကြပါစေ။

ချစ်ခင်လျက်

ကောင်းသန့်

၄၊၇၊ ၂၀၁၁

*

အခန်း (၁)

ကျွန်မပြုခဲ့သမျှ...

ကောင်းမြတ်တဲ့အရာတိုင်းဟာကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိတဲ့တချို့သော လူတွေကိုလည်းအကျိုး ဖြစ်ထွန်းစေပါတယ်လို့အဘွားက ပြောခဲ့ဖူးတယ်။

လွန်ခဲ့တဲ့နှစ် ပေါင်း ၅၀ ကအဘွားပြောခဲ့တာကိုကျွန်မ ယုံကြည်ခဲ့တယ်။

အခုလည်း ...

ယုံကြည်နေဆဲပါပဲ။

လမာယာအိန်ဂျလိုကဗျာဆရာ

My grandmother told me that every good thing I do helps some humanbeing in the world. I believed her fifty years ago and I still do.— MAYA A NGELOUPoet

*

ကျွန်မသိထားတဲ့အရေး အကြီးဆုံးအရာကျွန်မလုပ်နေတဲ့အရေး အကြီးဆုံးအလုပ်ဆိုတာကျွန်မဟာ ...ကျွန်မကလေးတွေ ရဲ့ အမေ ဖြစ်တယ်ဆိုတာပါပဲ။

လော်ရာဆလက်ဆင်းဂျာရေဒီယိုစကားပြောခန်းသရုပ်ဆောင်

The most important thing I know (and do) is that I am my kid's mom.— L AURA S CHLESSINGERRadio talk show host

*

ထူးချွန်ပြောင်မြောက်မှု ဟာသင်ရောက်နေတဲ့ပန်းတိုင်မဟုတ်သေးပါဘူး။

သင့်ဘဝခရီးလမ်းအတွက်စံချိန်အမှတ်အသားတစ်ခုသာ ဖြစ်ပါတယ်။

အာဗင်မက်ဂျစ်ဂျွန်ဆင်ဘတ်စကက်ဘောအကျော်အမော်

Excellence is not a destination you arrive at … It is the benchmark for yourjourney.— EARVIN MAGIC J OHNSONBasketball great

*

- တစ်ခါတုန်းက

ကက်သရင်းဟက်ဘန်းက ပြောခဲ့ဖူးတယ်။

- ဘဝမှာ သင် ဘာလုပ်တယ်ဆိုတာအကြောင်းမဟုတ်ပါဘူး။

သင်ဘာလုပ်ပြီးပြီဆိုတာကအကြောင်းပါ။- လူအများ စုကတော့ …

ရှုံးနိမ့်မှာ ကြောက်လို့ဘာမှ စပြီးမလုပ်ရဲကြဘူး။

- ကျွန်မအဖို့တော့…

ရှုံးနိမ့်တယ်ဆိုတာတကယ် မကြိုး စားတော့လို့ပါ။

- ဒါကြောင့် … ကိုယ့်လမ်းစဉ် ကိုယ်ချမှတ်ပါ။

သတ္တိရှိပါ။ အကောင်းဆုံးလုပ်ပါ။

ပြီးတော့ .. ပြုံး ပြလိုက်ပါ။

ဘာကြောင့် လဲဆိုတော့ ...

သင်လုပ်နေတာတွေ ဟာအားလုံးရဲ့ အထက်မှာ ရှိနေလို့ပါပဲ။

မာတီနာနာဗရာတီလိုဗာတင်းနစ်ကစားသမားအကျော်အမော်

Katharine Hepburn once told me, "It's not what you do in life, it's what youfinish!" But many people don't even start, because they are afraid offailure. To me the only failure is when you don't even try. So set your path,be brave, do your best and smile, because you are doing all of the above.— MARTINA N AVRATILOVATennis Hall of Famer

*

- ကျွန်တော် ဟာရွှေစည်းမျဉ်းတွေ နဲ့နေဖို့ကြိုး စားပါတယ်။

- ကျွန်တော် တို့ဘဝတွေ အတွက်အားလုံးလိုချင်နေကြတဲ့ဂုဏ်သိက္ခာ၊ ကောင်းမြတ်ခြင်းရှိသေလေးမြတ်မှု တွေ ကိုလည်းသူတစ်ပါးကို ပေးနိုင်ဖို့ကျွန်တော် အမြဲတမ်းကြိုး စားပါတယ်။

- ကျွန်တော့် အတွေ ့အကြုံအရအခြားသူတွေ ကို ခင်ဗျားနဲ့အတူပါလာအောင် လုပ်နိုင်ခြင်းအားဖြင့် ခင်ဗျားပိုပြီး အောင်မြင်နိုင်ပါတယ်။

ရစ်ချတ်အေဂက်ဖာ(ဒ်)ဒီမိုကရက်တစ်ခေါင်းဆောင်အမေရိကန်ကွန်ဂရက်

I try to live by the Golden Rue --- to always accord others the same dignity,decency, and respect that we all want in our own lives. In my experience,you can achieve much more by bringing others along with you.— RICHARD A. G EPHARDTDemocratic leader, United States

Congress

*

စစ်မှန်တဲ့ ထူးချွန်ပြောင်မြောက်မှု အတွက်အဖိုးတန်တဲ့ အိပ်မက်လက်တွေ့ကျတဲ့ အကြံဉာဏ်နဲ့အောင်မြင်စေဖို့ရှုံးနိမ့်မှု ကို မကြောက်တဲ့စွန့်စားရဲတဲ့ သတ္တိတွေ လိုအပ်ပါတယ်။

ဘီလ်ကလင်တန်၄၂ယောက် မြောက်အမေရိကန်သမ္မတ

True excellence requires a worthy dream, a good idea of how to realize it,and the courage to risk failure to achieve it.—BILL CLINTION42nd President of the United States Eighty years ago, at the impressionable age of 12, I was thrilled to be"sworn in" as a member of the Boy Scouts of America! I raised my righthand in the Scout Sign and took the Scout Oath promising "To do mybest" to live by this Oath and its twelve individual Scout Laws. Now at theage of 92, with the world full of negatives, I realize the all-positive ap-proach of these ideals and I fully appreciate how they are still guiding mylife. Thank you Boy Scouts!—H.CUSHMAN ANTHONYBoy Scout pioneer

*

စိတ်စွဲမှတ်လွယ်တဲ့ ၁၂ နှစ် သားအရွယ်။

အမေရိကန် ကင်းထောက်လူငယ် အဖွဲ့ဝင် တစ်ယောက်

အနေနဲ့ကင်းထောက်အဖွဲ့ရဲ့
သင်္ကေတအတိုင်းညာဘက်လက်ကိုမြှောက်ပြီးကင်းထောက်လူငယ် စည်းမျဉ်း ၁၂ ချက်နှင့်
အညီနေထိုင်နိုင်ဖို့ အစွမ်းကုန်ကြိုး စားပါမယ်လို့ကတိသစ္စာပြုကျိန်ဆိုခဲ့ရတာ
ကြည်နူးစရာကောင်းလိုက်တာ။

- အခု ၉၂ နှစ် ။

ကမ္ဘာ့လောကရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်အမြင်တွေ ပြည့်နှက်နေတဲ့
ဒီအရွယ်ကျမှ(ကင်းထောက်လူငယ်ဘဝက) စံထားလောက်စရာတွေ ဟာအရာရာကို အပြု
သဘောနဲ့ ချဉ်းကပ်ခဲ့တာပါလားဆိုတာသိခဲ့ရပါတယ်။

- အဲဒီ စံနမူကောင်းတွေ ဟာ ကျွန်တော်
ဘဝကိုဘယ်လိုလမ်းညွှန်ခဲ့တယ်ဆိုတာကျွန်တော့် အပြည့်အဝ တန်ဖိုးထားနားလည်ခဲ့ပါပြီ။

ကျေးဇူးပါပဲ ... ကင်းထောက်လူငယ်အဖွဲ့ရယ်။
အိတ်ချ်ကုရှမင်းအန်ထော်နီကင်းထောက်လူငယ်ရှေ့ဆောင်လမ်းပြ

*

- တစ်ခုခုကို ပြုလုပ်လိုက်ခြင်းအားဖြင့်

သင်ပျော်ရွှင်မယ်။

နဂိုပါရမီအခံလည်းရှိမယ်ဆိုရင်ထူးချွန်ပြောင်မြောက်မှု စတင်လာပါတော့တယ်။

- အဲဒီ အလုပ်ထဲကိုစိတ်ရောကိုယ်ပါ နှစ်မြုပ်သွားမယ်။

- အာရုံစူးစိုက်မှု /အသေးစိတ်ကအစပါဝင်ပတ်သက်နေမှု တွေ ဟာအောင်မြင်မှု
ဆီကိုဦးတည်နေတာပါပဲ။

အက်ဒွပ်စီဂျွန်ဆင်သရီးဒီဖာဒီလစ်တီရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အဖွဲ့၊ ဥက္ကဋ္ဌ။

Excellence begins boy doing something you have a natural talent for andenjoy. You become totally absorbed in the work. Attention and involve-ment in all the details lead to success.—EDWARD C J OHNSON 3DChairman of the Board, Fidelity Investments

*

ထူးချွန်ပြောင်မြောက်မှု ရဲ့ အရေး အကြီးဆုံး ဖွင့်ဆိုချက် ကတော့ ...

ထူးချွန်အောင်လုပ်ဆောင်မှု တွေ ထဲကအကောင်းဆုံးရွေးချယ်မှု ပါပဲ။

အယ်လ်ဗင်နှင့် ဟေဒီတော့ဖလာအနာဂတ်ဝါဒီများ

The most important expression of excellence is excellence in choosing theactions in which to excel.—ALVIN A ND HEIDI TOFFLERFuturists

*

လူတွေ ဟာ...

မစူးစမ်း မမေးမြန်းဘဲသင့်ခေါ်ရာနောက်ကို (တကောက်ကောက်)လိုက်နေကြပြီဆိုရင်ခေါင်းဆောင် တစ်ယောက် အနေနဲ့ထူးချွန်ထက်မြက်မှု ကိုရယူလိုက်နိုင်တာပါပဲ။

ကောလင်းအယ်လ်ပါဝဲလ်ကြယ်လေးပွင့်ဗိုလ်ချုပ်ကြီးဥက္ကဋ္ဌဟောင်းနှင့်

You have achieved excellence as a leader when people will follow youanywhere, if only out of curiosity.—COLIN L.P OWELLFour-star General; former Chairman, Joint Chiefs of Staff

*

အခန်း (၂)

ကျွန်တော် ထင်တယ်။

ပညာရေး ရဲ့ အလေးနက်ဆုံးအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်ဟာ…

ကျွန်တော် တို့ လူ့အဖွဲ့အစည်းကျွန်တော် တို့နိုင်ငံကျွန်တော် တို့ ကမ္ဘာကိုဒုက္ခပေးနေတဲ့အရာတွေ ပျောက်ကင်းအောင်ကုစားပေးဖို့စိတ်ဝင်စား ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဂျွန်နက်တာဘီကိုးလ်ဥက္ကဋ္ဌ၊စပယ်လ်မင်ကောလိပ်

I think the most profound expression of education is action --- action inthe interest of helping to heal what ails our communities, our nation andour world.—JOHNNETTA B. COLEPresident, Spelman College

*

- အကောင်းဆုံးဆိုတာကို အားတက်သရောအမိအရ ဖမ်းဆုပ်ကြည့်လို့

ရရှိကျန်ရစ်စေတာ ကတော့…

- အချိန်ပြည့် အလုပ်လုပ်ရတာ ရယ်- ကိုယ့်အတွက် စိတ်ကျေနပ်မှု ရစေတာထက်နည်းနည်း ပိုအကျိုးရှိတာရယ်- စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ဆုလာဘ်ကလွဲလို့ဘာနစ်နာကြေးမှ မရတာ ရယ်- အားလပ်ရက်အတွက် အခွင့်အရေး နည်းနည်း ပိုရတာ ပဲရှိပါတယ်။

(တကယ်တော့) အသက်အရွယ်မရွေး ကျား‌မ၊ လူမျိုး၊ဘာသာမခွဲခြား

ဘဝနေထိုင်နည်း မကွဲပြားဘဲမည် သူမဆို လုပ်နိုင်တဲ့အလုပ်မျိုးရွေးချယ်တာကို ကျွန်တော် အပြည့်အဝအားပေးထောက်ခံပါတယ်။

ခရစ်စတင်းတော့ဒ်ဝှစ်တမင်းနယူးဂျာဆီပြည်နယ်အုပ်ချုပ်ရေး မှူး

The vigorous pursuit of excellence remains a full-time job, often offeringfew benefits beyond personal satisfaction, providing no compensation otherthan rewards banked by the spirit, and allowing little opportunity for va-cation. It is a job, however, for which anyone can qualify regardless ofage, gender, race, creed, background or lifestyle. It is a career choice Ihighly recommend.— C HRISTINE TODD W HITMANGovernor of New Jersey

*

- ထိလွယ် ရှလွယ်တဲ့ဒီကမ္ဘာမြေတစ်ဝန်းမှာ အကောင်းဆုံးကို ရနိုင်ဖို့သမိုင်းကို သိနားလည်တဲ့ကမ္ဘာ့ခေါင်းဆောင်တွေ လိုအပ်တယ်။

- အများ စု ကတော့သမိုင်းကို မသိကြဘူးပေါ့။

- သမိုင်းဆိုတာ...

ကမ္ဘာ့ပြဿ နာ အခက်အခဲတွေ ကိုဘယ်လိုဖြေရှင်းရမလဲဆိုတာသင်ယူလေ့လာဖို့ဝေဖန်ဆန်းစစ်ရခြင်းပါ။

ပီယာရီဆလင်ဂျာသမ္မတဂျွန်အက်ဖ်ကနေဒီ၏ သတင်းထုတ်ပြန်ရေး အတွင်းရေး မှူး ဂျာနယ်လစ်

In order to reach excellence around the world with many

fragile areas weneed world leaders to understand history. So many don't. History is criti-cal to learn how to solve difficult worldwide problems.— PIERRE S ALINGERPress Secretary to President John F. Kennedy; Journalist

*

သူတို့မျက်လုံးတွေ ကမိုးကောင်းကင်ထဲမှာ ...ထိုသူတွေ ရဲ့ အိပ်မက်တွေ ကမြင့်လွန်းတယ်လို့ မဆိုသာ။

ဘတ်ဇ်အော်လ်ဒရင်အာကာသယာဉ်မှူး

No dream is too high for those with their eyes in the sky.— B UZZ A LDRIN Astronaut

*

သင်ယူလေ့လာသူကအသိပညာရသည်။

စူးစမ်းရှာဖွေသူကဉာဏ်ပညာရသည်။

မာရီလင်ဗော့စ်ဆဗင့်ကော်လံစားဂျာနယ်လစ်

To acquire knowledge, one must study; but to acquire wisdom, one mustobserve.— MARILYN V OS SAVANTColumnist

*

အများ နဲ့မတူတဲ့အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှု မျိုးပြုချင်တဲ့ကျွန်တော် ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ကိုမိဘများ က လိုက်လျောပေးတဲ့အတွက်ကျွန်တော် အမြဲပဲ ကျေးဇူးတင်နေမိတယ်။

ကာတွန်းရုပ်ပြောင်ဆွဲဖို့ရူးသွပ်မှု ရှိတဲ့ လူငယ်ဆိုတာလည်းသိပ်များများ စားစားရှိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။

ဒါဟာ နားလည်ဖို့ခက်ခဲတဲ့ ရည်မှန်းချက်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ...

သူတို့က ကျွန်တော့် ကို စိတ်ပျက်အောင် မလုပ်ကြသလိုဆန့်ကျင်ဘက်လမ်းကိုလည်း မညွှန်ပြခဲ့ကြပါဘူး။

ချားလ်စ်အမ်ရှူးဇ်ကာတွန်းဆရာ

I have always been grateful for the tolerance my parents showed for theambition I had for a strange profession. Not many young people have theobsession to draw a comic strip, and it was a difficult ambition to understand, but they never tried to discourage me, or point me in a differentdirection.— C HARLES M. SCHULZCartoonist

*

လစ်သူနီးယားကနေပြောင်းရွှေ့အခြေစိုက်လာတဲ့ဂျူး လူမျိုး ကျွန်တော် အမေကသူမရဲ့ ကလေး ၇ ယောက် ကိုပြောလေ့ရှိပါတယ်။

အမေရဲ့ သားသမီးတွေ က တော် ကြပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ (အထင်ကြီးစရာမဟုတ်သေးဘူး)အထင်ကြီးစရာဆိုတာကလောကရဲ့ ကောင်းကျိုးကိုသယ်ပိုးသွားဖို့ပါပဲ။

လောကကောင်းကျိုးသယ်ပိုးပါ။

ဒါဆိုရင် အမေက ဂုဏ်ယူနေမိမှာ ပါ။

မော်တန်အိုင်အေဗရာမိုဝစ်ချ်နိုင်ငံတကာဆက်ဆံရေး ခေါင်းဆောင်

My mother, a Jewish immigrant from Lithuania, used to tell her seven kids,"All my children are excellent. What's the big deal. Go do some good in theworld and I'll be impressed.— MORTON J. ABRAMOWITZInternational-relations leader

*

ကောင်းမြတ်ခြင်း တရားမျှတခြင်းတို့ဟာ ခွဲခြားလို့မရတဲ့ အရာတွေ ပါ။ ကောင်းမွန်တဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းမှာ တစ်ခုမရှိဘဲ အခြားတစ်ခုလည်း မရှိနိုင်ပါ။

ဒီနှစ် ခုထဲက တစ်ခုခုကိုပစ်ပယ်ထားတဲ့ လူ့အဖွဲ့အစည်းဟာချွတ်ယွင်းချက်ရှိလို့ နေမည် သာ။

ဂျူလီယံဘွန်းနိုင်ငံသားအခွင့်အရေး ရှေ့ဆောင်သူ

Excellence and equity are inseparable — a good society cannot have onewithout the other. Any society that abandons either is imperfect. —JULIAN B ONDCivil rights pioneer

*

အခြားသူတွေ ကိုဂရုစိုက်တယ်ဆိုတာရယ်ငါတို့ရဲ့ ကမ္ဘာကြီးကိုပိုမိုကောင်းမွန်တဲ့ နေရာလေးတစ်ခု ဖြစ်အောင်လုပ်ပြမယ်ဆိုတာကို ပြသဖို့မင်းလုပ်နိုင်တာတွေ လုပ်ပြစမ်းပါ။

ရိုစလင်းကာတာသမ္မတဟောင်းတစ်ဦး၏ ဇနီး

Do what you can to show you care about people, and you will make ourworld a better place.—ROSALYNN C ARTERFormer First Lady

*

အကောင်းဆုံးဆိုတဲ့နောက်ကိုကောက်ကောက်ပါအောင် လိုက်နေခြင်းဟာဘဝတစ်လျှောက်လုံး မပြီးဆုံးနိုင်တဲ့ ဖြစ်စဉ်တစ်ခုပါပဲ။

အဲဒီ လို လိုက်နေရတာ ကိုပဲနှစ်သက် ပျော်ရွှင်လိုက်ပါ။

အီလိန်းအယ်လ်ချာအို ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အမှု ဆောင်အရာရှိချုပ်ယူနိုက်တက်ဝေးအော့အမေရိက

The pursuit of excellence is a continuous process through life. Enjoy thepursuit.—ELAINE L.C HAOPresident and CEO, United Way of America

*

အခန်း (၃)

အားကစားပြိုင်ပွဲမှာ ကျွန်တော် အမှတ်ရဆုံး အရာတွေ ကတော့ရှုံးနိမ့်ခဲ့ရတာ တွေ ၊ ဒဏ်ရာအနာတရ ဖြစ်ခဲ့ရတာ တွေ စွမ်းဆောင်ရည်ကျခဲ့ရတာ တွေ နဲ့ အမှား တွေ ပါပဲ။

ခက်ခဲကြမ်းတမ်းတဲ့ ဒီလိုအချိန်မျိုးမှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ပိုသိအောင် ကြိုးစားပြီးမှခါတိုင်းလုပ်နိုင်တာထက် ပိုပြီးစွမ်းရည်တွေ ပိုမိုရရှိခဲ့ပါတယ်။

အဲဒီ အခါမှာ အောင်မြင်မှု ဆိုတာအလွယ်တကူ ရောက်လာတော့တာပါပဲ။

ပီတာဗစ်ဒ်မာအိုလံပစ်ရွှေတံဆိပ်ဆုရှင်ကျွမ်းဘားသမား

Some of my fondest memories in sport were a result of failure, injuries,setbacks, or mistakes. I learned far more about myself and gained morecharacter in those difficult times than I ever did when success came easily.— PETER V IDMAROlympic Gold Medalist, Gymnastics

*

မလျှော့တမ်းကြိုး စားပါ။

ဇွဲရှိပါစေ။

စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေ အတိုင်းလိုက်လုပ်ပါ။

ကယ်ရီစထရပ်ဂ်အိုလံပစ်ကျွမ်းဘားရွှေတံဆိပ်ဆုရှင်

Work hard, be persistent and follow your dreams!— K ERRI S TRUGOlympic Gold Medalist, Gymnastics

*

ကလေးတွေ ကိုလေးစားပါ။

ကလေးတွေ ရဲ့ လေးစားမှု ကိုလည်းရယူထားပါ။

သင့်ကိုယ်သင် ယုံကြည်ပါ။

သင်ထင်တာ သင်လုပ်တာထက်သင်ပိုသိပါတယ်။

ဘင်ဂျမင်စပေါ့ခ်သူငယ်နာ ရောဂါ ကုဆရာဝန်

Respect children. But also ask for respect from your children. Trust your-self. You know more than you think you do.— B ENJAMIN S POCKPediatrician; child-rearing authority

*

- ကျွန်မဟာ အတော် ဆုံး အကောင်းဆုံးဆိုတာကျွန်မမိဘတွေ က အမြဲယုံကြည်ခဲ့တယ်လေ။

- ဒီလိုအတွေ းမျိုးနဲ့ မိဘမျိုးသင့်နောက်မှာ ရှိနေမှတော့အကောင်းဆုံးကိုရယူဖို့မ ဖြစ်နိုင်ဘဲ ရှိပါ့မလား။

- ဘယ်သူမှ သူတို့ရဲ့ မိဘတွေ ကိုစိတ်ပျက်အောင် မလုပ်ချင်ကြပါဘူး။

အေလင်းဖို့ဒ်ဖို့မော်ဒယ်လင်းအေဂျင်စီတည်ထောင်သူ

My parents always believed that I was The Best! With thoughts like thatbehind you, it's impossible not to strive for excellence. No one wants todisappoint their parents.— EILEEN F ORDFounder, Ford

Modeling Agency

*

ရေးဟောင်းလက်တင်စကားမှာ ဆိုထားတယ်။

သမိုင်းဆိုတာ ဘဝရဲ့ ဆရာ ဖြစ်တယ်။

ကမ္ဘာကြီးရဲ့ အနာဂတ်ဟာကလေးတွေ ရဲ့ လက်ထဲမှာ ရှိတယ်လို့ကျွန်တော် ဆိုချင်ပါတယ်။

အတိတ်မှာ ကျူး လွန်ခဲ့တဲ့၊ အခုလည်း ကျူး လွန်နေတဲ့အမှား တွေ ကို ကလေးတွေ သိမြင်အောင်ထုတ်ဖော်မပြသခဲ့ရင်တော့ အနာဂတ်ကမ္ဘာကြီးကိုပိုမိုကောင်းမွန်အောင်လုပ်ဖို့ အခွင့်အလမ်းနည်းမှာ ပါ။

ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံး ငြိမ်းချမ်းမှု ၊ သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်မှု ဆိုတာလူသားတွေ အတွက်တော့ကြီးကျယ်ရုံသက်သက် အိပ်မက်ကြီးပါပဲ။

ဇလာတာဖီလီပိုဗစ်Zlata's Diary: A Child's Life in Sarajevo စာအုပ်ရေး သူ

The old Latins have said, "Historia est magistra vitae" _ history is a teacherof life. And I say that the future of the world is in the hands of children. Ifwe don't dig out and show them the mistakes that were made in the pastand that are being committed nowadays, there will be a small chance of thefuture being better. And the worldwide peace and tolerance will still be justa great dream of humanity.— Z LATA F ILIPOVICAuthor, Zlata's Diary: A Child's Life in Sarajevo

*

(မာန်မာနကင်း)နှိမ့်ချခြင်းသည်ကောင်းမှု ကုသိုလ်အားလုံး၏ မိခင်သတ္တိရှိရဲရင့်ခြင်းသည် ဖခင်(ထိုအခါ) ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်းသည် သားသမီးဉာဏ်ပညာသည် မြေးမြစ် ဖြစ်တော့၏ ။

စတီဖင်အာရ်ကိုဗေးစာရေး ဆရာ

Humility is the mother of all virtues, courage the father, integrity the childand wisdom the grandchild.—STEPHEN R.C OVEYAuthor; leadership authority

*

အမျိုးသမီး တစ်ယောက် လုပ်နိုင်တဲ့အရေး အကြီးဆုံးအလုပ်က -သူမကိုယ်သူမ ဘာလိုချင်တယ်ဆိုတာ မေးမြန်းဖို့နဲ့အဲဒီ အရာကိုရအောင် လုပ်နိုင်ဖို့ပါပဲ။

အဲဒီ အတွက် စွန့်စားရပေမဲ့ အကျိုးရလဒ်က အဖိုးတန်ပါတယ်။

ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး နိုင်ငံရေး စွမ်းအားတွေ နဲ့အတူကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှု ၊ အကောင်းမြင်စိတ်လူ့အဖွဲ့အစည်းတွင် ကိုယ်တိုင်ပါဝင်မှု အသိစိတ်ချစ်ခင်စွာ ဘဝရှင်သန်ခံစားမှု ၊ ရိုးသားမှု ၊ ကြိုး စားမှု တို့ကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေတယ်။

- သင် အခြားသူတွေ နဲ့ စပေါင်းပြောဆိုခြင်းဟာအမျိုးသမီးတွေ ဘာဖြစ်ချင်သလဲဆိုတာစပေါင်းအဖြေရှာဖို့ စတင်လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပြီးကျွန်ုပ်တို့အဖို့လည်း စိတ်အင်အား ပိုကြီးလာပြီးသန္နိဋ္ဌာန်လည်း ပိုမိုခိုင်မာလာစေပါတယ်။

ပက်ထရစ်ရှာအိုင်ယာလန် အမျိုးသမီးလူ့အခွင့်အရေး ရှေ့နေ

The most important thing a woman can do is ask herself what she reallywants and then go for it! Despite the risks, the gains are worth the costs.Along with personal and political power come confidence, optimism, asense of community and self-worth, the feeling of living lovingly, hon-estly and well. When you add your voice to others, we begin collectivelyto answer the question what women want, we become stronger and moredetermined to get it.— PATRICIA I RELANDWomen's rights advocate

*

ဖိနပ်အသစ်တစ်ရန်လိုချင်လို့နေ့တိုင်းငိုနေတာခြေထောက်လုံးဝမရှိတဲ့သူကိုမြင်င

ဖလောရင့်ဂရစ်ဖစ်ဂျိုင်နာအိုလံပစ်ရွှေတံဆိပ်ဆုရှင်ပြေးခုန်ပစ်မယ်

"I cried everyday for a new pair of shoes until I saw the man with no feet.— FLORENCE G RIFFITH J OYNEROlympic Gold Medalist, Track and Field

*

အကောင်းဆုံးဆောင်ရွက်တာဟာသင့်ရဲ့

အမြင့်ဆုံးအိပ်မက်ကိုလှမ်းဆွတ်ယူဖို့ပါပဲ။

သူများ တွေ ရဲ့ အိပ်မက်တွေ ကိုလည်းလက်လှမ်းမီနိုင်ဖို့သင်
တတ်နိုင်တဲ့နေရာတတ်နိုင်တဲ့အချိန်မှာ အကူအညီပေးရမယ်။

တကယ်လို့အခြားသူ တစ်ယောက် ရဲ့ ဘဝကိုတကယ့်ကို
ကူညီပတ်သက်ဖူးတာမျိုးမခံစားခဲ့ရဘူးဆိုရင်သင့်ရဲ့ ကိုယ်ရေး ကိုယ်တာ အောင်မြင်မှု
ဟာအနှစ် မပါဗလာ။

ဘာဘရာဝေါလ်တာစ်ဂျာနယ်လစ်

To excel is to reach your own highest dream. But you must also helpothers, where and when you can, to reach theirs. Personal gain is empty ifyou do not feel you have positively touched another's life.—BARBARA W ALTERSJournalist

*

(အများ ကောင်းကျိုး) သယ်ပိုးဆောင်ရွက်မှု ဟာရှင်သန်နေတဲ့
ဘဝအတွက်ကျွန်တော် တို့ ကိုယ်စီပေးဆောင်ကြရတဲ့ငှားရမ်းခပါပဲ။

ဒါဟာ အားမှလုပ်ရမယ့် အရာမဟုတ်ပါဘူး။

ဘဝရဲ့ အလွန်ကြီးမားတဲ့(မ ဖြစ်မနေ
ဆောင်ရွက်ရမယ့်)ရည်မှန်းချက်ကြီးတစ်ခုပါ။

မာရီယန်ရိုက်အက်ဒဲလ်မင်းကလေးများ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး
ရန်ပုံငွေအဖွဲ့ထူထောင်သူ

Service is the rent we each pay for living. It is not something to do in yourspare time; it is the very purpose of life.—MARJAN W RIGHT

EDELMANFounder, Children's Defense Fund

*

- ဆီးနိတ်လွှတ်တော် ထဲမှာ အခု ကျွန်တော် ထိုင်နေတဲ့ ကုလားထိုင်ကိုထိုင်သွားခဲ့ဖူးတဲ့ ဒနီယယ်ဝက်ဘ်စတာရဲ့ စိတ်အားတက်ကြွဖွယ် စကားလုံးတွေကိုအမြဲတမ်း ကျွန်တော် အမှတ်ရနေမိတယ်။

- တိုင်းပြည်ရဲ့ သယံဇာတတွေ ဖွံ့ ဖြိုး အောင် ဆောင်ရွက်ကြစို့။

သူ့ရဲ့ စွမ်းအားတွေ ဖော်ထုတ်ကြစို့။

လူမှု အဖွဲ့အစည်းဆိုင်ရာ အဆောက်အအုံတွေ ကိုတည်ဆောက်ကြစို့။

တိုင်းပြည်ရဲ့ ကြီးကျယ်တဲ့ အကျိုးစီးပွားတွေ အားလုံးကို မြှင့်တင်ကြစို့။

သားစဉ်မြေးဆက် အမှတ်ရစေမယ့်လုပ်ဆောင်မှု တွေ လုပ်နိုင်မလုပ်နိုင်စောင့်ကြည့်ကြပါစို့။

အက်ဒွပ်ကနေဒီအမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊ဆီးနိတ်လွှတ်တော် အမတ်။

I've always found these words by Daniel Webster, whose seat I hold in theSenate, especially inspiring: "Let us develop the resources of our land,call forth its powers, build up its institutions, promote all its great inter-ests, and see whether we also in our day and generation may not performsomething worthy to be remembered."— EDWARD M. K ENNEDYUnited States Senator

*

မင်းမလေ့ကျင့်ဘဲနေတဲ့အခါမှာ တစ်စုံ တစ်ယောက် တစ်နေရာရာမှာ လေ့ကျင့်နေမယ်ဆိုတာ သတိရလိုက်ပါ။

- မင်းတို့နှစ် ယောက် ကိုစွမ်းရည်ချင်းအတူတူ ပေးထားပေမဲ့(ရင်ဆိုင်ယှဉ်ပြိုင်) တွေ့ ကြရမယ်ဆိုရင်သူက မင်းကို အနိုင်ယူသွားလိမ့်မယ်။

- ကြိုး စားအားထုတ်မှု မရှိလို့ရှုံးနိမ့်ရတယ်ဆိုတာမျိုးကိုငါ ဘယ်တော့မှ မလိုလားဘူး။

- ဒါကြောင့် ... ဘဝတစ်သက်တာအလုပ် .. အလုပ် ... အလုပ်ဆိုတာ ဖြစ်နေတာပေ့ါ။

ကွန်းရတ်ပြောသလိုပဲ (အလုပ်နဲ့ကင်းပြီး)လွတ်လွတ်လပ်လပ် ရပ်တည်မှုဆိုတာမှာ းတဲ့အမြင်ကို ဆုပ်ကိုင်ထားခြင်းပါပဲ။

ဘီလ်ဘရက်ဒ်လီအမေရိကန်ပြည်ထောင်စုဆီနိတ်တာဘတ်စကက်ဘောအားက

"When you're not practicing, remember, someone, somewhere is practicing and when you two meet, given roughly equal ability, he'll win." I neverwanted to lose because I hadn't made effort. So, it has been a lifetime ofwork, work, work __ which is, as Conrad said, "the sustaining illusion of anindependent existence.— B ILL B RADLEYUnited States Senator; basketball Hall of Famer

*