

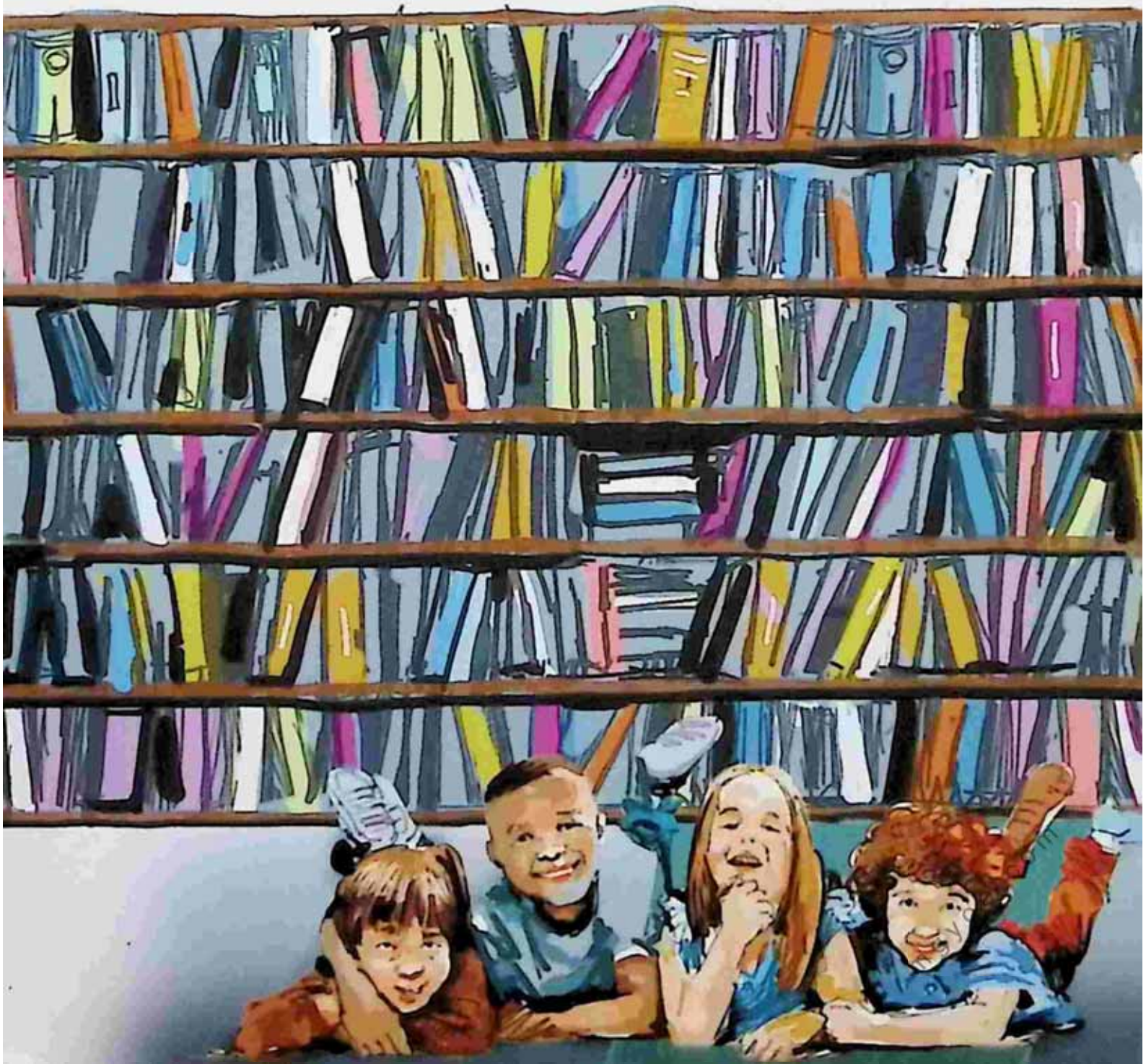
# Literature

with a

# Small “/”

ဖတ်စေချင်သည့် တာတိုပေစများ

ဒေါက်တာစိုးသန်း | Ph.D. (English Studies)  
University of Nottingham, U.K.



ဘာကြောင့် Literature with a small l လို့  
 ခေါ်ရသလဲ။ အင်္ဂလိပ်စကားမှာ ရသစာပေကို  
 Literature လို့ သိမ်းကျုံးခေါ်ကြပါတယ်။ ဖတ်သင့်  
 တဲ့ စာကောင်းပေမွန်တွေကို Canon, Literary  
 canon, Canonical literary texts စသည်ဖြင့်  
 ခေါ်ပါတယ်။ English literary canon, canonical  
 literary texts တွေက စာကြီးပေကြီးတွေပေါ့။  
 အချိန်ပေးပြီးဖတ်နိုင်မှ appreciate လုပ်နိုင်မယ့်  
 အရသာခံနိုင်မယ့် စာတွေဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို  
 စာပေကို Literature with a capital 'L' လို့ပြောနိုင်  
 ပါတယ်။ ခုကာလကြီးမှာ ကျွန်တော်တို့တွေ  
 ရှင်သန်နေထိုင်နေကြရပုံဟာ life in the fast lane  
 လို့ မြင်မိပါတယ်။ အစားသုတ်သုတ်၊ အသွား  
 သုတ်သုတ်၊ စာဖတ်တာတောင်မှ social media  
 ပေါ်မှာ reading in a hurry စာတိုလေးတွေကို  
 ခပ်သုတ်သုတ်ဖတ်နေကြရတာ များပါတယ်။  
 ဒါ့ကြောင့် ကျွန်တော်ဟာလည်း ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်ပိုင်းမှာ  
 စာဖတ်သူ အချိန်နည်းနည်းလေးပေးပြီး ခပ်မြန်မြန်  
 ဖတ်လိုက်တာနဲ့ အကျိုးရှိစေမယ့် စာအတိုလေး  
 တွေကို ဘာသာပြန်ရော၊ ပင်ကိုယ်ရေးတွေပါ  
 ရေးတင်ခဲ့ပါတယ်။ အခုဒီစာအုပ်လေးဟာ အဲဒီ  
 post တွေကို ပြန်စုစည်းထားတာပါ။  
 ကိုယ်စာဖတ်ရင်း ကြိုက်လို့စုထားတဲ့ စာတိုပေစ  
 လေးတွေအပြင် ကိုယ်တိုင်ခံစားပြီးရေးထားတဲ့  
 bilingual text အတိုလေးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။  
 စာဖတ်ပြီး ဘဝတိုးတက်ရေးအတွက် ဆင်ခြင်  
 သုံးသပ်စရာတွေ၊ သတိပြုမှတ်သားစရာ  
 တွေ ရနိုင်မယ့်အပြင် အင်္ဂလိပ်လိုကိုပါ  
 ဖတ်ပြီး ဝေါဟာရတိုးပွားလာမယ့်အပြင်  
 ဘာသာပြန်ပုံကိုလည်း လေ့လာကြရမှာ  
 ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန်အနည်းငယ်သာပေးပြီး  
 စာတိုလေးတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်လိုက်ရပေ  
 မယ့် ဖြန့်ကြက်တွေးဆစရာ များစွာကို  
 ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်မယ့် “နည်းနည်းရင်းပြီး  
 များများမြတ်” မယ့် Low cost but high  
 returns ပေးနိုင်မယ့် Literature with a small 'l'  
 ဖြစ်ပါတယ်။



*Pathit*  
 ISBN 9789997137463  
  
 9 789997 137463  
 MMK 12,000.00

ဖတ်စေချင်သည့် စာတိုပေစများ ဒေါက်တာစိုးသန်း  
စာအုပ်မှာ ၂၇၂ မျက်နှာ၊ ၁၄.၅ ခင်တီ x ၂၀.၇ ခင်တီ

ထုတ်ဝေသူ - ဦးစန်းဦး စိတ်ကူးချိုချိုစာပေ(၀၀၅၃၈)၊ ၈၅၊ ၁၆၄လမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကင်း။  
ပုံနှိပ်သူ - ဒေါ်ဝင်းမာ၊ စိတ်ကူးချိုချိုပုံနှိပ်တိုက်(၀၀၄၁၂)၊ ၁၁၇၉၊ မစိုးရိမ်လမ်း၊ ရန်ကင်း။  
၂၀၂၅၊ ဇွန်လ၊ ပထမအကြိမ်မူ၊ အုပ်ရေ ၅၀၀။

email: skccph@gmail.com ; P.O.Box: 705  
www.facebook.com/SKCCmyanmarbook  
www.skccmyanmarbook.com

Literature with a Small "L"  
ဖတ်စေချင်သည့် စာတိုပေစများ

---

ဒေါက်တာစိုးသန်း

1. The first part of the book is a general introduction to the subject of the book. It discusses the importance of the subject and the scope of the book. It also discusses the objectives of the book and the methods used in the book.

### မာတိကာ

- အမှာစကားဦး	၇
၁။ နေရာတိုင်း၌ ကိန်းအောင်းလျက် ရှိနေ၏ Love is everywhere	၁၃
၂။ မိမိ၏ သားသမီးကို အင်္ဂလိပ်စာဖတ်နိုင်လာအောင် ကူညီနည်း	၁၄
၃။ စာအုပ်သမားတစ်ယောက်အကြောင်း	၁၇
၄။ မပြောနဲ့၊ အလုပ်နဲ့ သက်သေပြပါ	၂၀
၅။ ဒီနေ့ပဲ စလုပ်လိုက်ပါ	၂၁
၆။ သာမန်ပါပဲ	၂၅
၇။ သင်ထားရစ်ခဲ့မယ့် အမွေအနှစ်	၂၈
၈။ အမေ	၃၀
၉။ ၉၀/၁၀ နိယာမ	၃၂
၁၀။ ပြောပြလို့ရလား	၃၈
၁၁။ ဖွင့်ပြောပါ	၄၂
၁၂။ အေးအတူ ပူအမျှ	၄၄
၁၃။ ကိုယ် မပျက်စေနဲ့	၄၇

၁၄။ ကိုယ်တိုင်ပဲ သိနိုင်မှာ	၄၈
၁၅။ ရောင်စုံခဲတံများ	၅၀
၁၆။ မြင့်မြင့်ပျံပါ	၅၁
၁၇။ A centenarian အသက် ၁၀၀ ရှိပြီဖြစ်တဲ့ social influencer ဘွားဘွားရဲ့ အကြံပြုချက်များ	၅၉
၁၈။ အပေါက်သေးသေးလေးတွေ ...	၆၄
၁၉။ Choosing each other every day	၆၈
၂၀။ တရုတ်လယ်သမားပုံပြင်	၇၀
၂၁။ ရတဲ့အချိန်မှာ ပြင်ဆင်ထားမယ်	၇၃
၂၂။ ပြောတဲ့လေသံက အရေးကြီးပါတယ်	၇၄
၂၃။ မမေ့လိုက်ပါနဲ့	၇၆
၂၄။ Privacy is Power	၇၇
၂၅။ တစ်နေ့မှာ နောက်ပြန်ကြည့်တဲ့အခါ...	၇၈
၂၆။ ဆား	၈၀
၂၇။ ဂုဏ်သိက္ခာ	၈၃
၂၈။ အရှုံးပေးချင်စိတ် ဝင်လာရင် ဒီစာလေးကို ဖတ်ကြည့်ပါ	၈၅
၂၉။ ချစ်ခြင်းရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်	၈၉
၃၀။ လူတွေပြည့်နေတဲ့ အခန်း	၉၀
၃၁။ စည်းစိမ်ဆိုတာ ဘာလဲ	၉၁
၃၂။ အတုနဲ့ အစစ်	၉၃
၃၃။ ကိုယ်တိုင် ချင့်ချိန်ကြည့်ပါ	၉၅
၃၄။ Traveling Light	၉၇
၃၅။ အချိန်တန်တဲ့အခါ ....	၉၉
၃၆။ အင်အားအကြီးမားဆုံး ဖိဆန်ခြင်း	၁၀၁
၃၇။ ဘဝခရီးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်	၁၀၃
၃၈။ မှားတဲ့လမ်းကြောင်းပေါ် ရောက်နေတယ်ဆိုရင်	၁၀၅
၃၉။ ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်	၁၀၆
၄၀။ ချစ်ခြင်းသစ္စာ	၁၀၈

၄၁။ တောင်တက်ခရီးမှာ တွေ့တဲ့သူတွေကို ဘာကြောင့် မုန်းတာလဲ	၁၁၁
၄၂။ overshare လိုတာထက်ပိုပြီး share မိနေသလား	၁၁၄
၄၃။ လျစ်လျူမရှုပါနဲ့	၁၀၅
၄၄။ စိတ်ချမ်းသာအောင်နေကြည့်ပါ	၁၁၇
၄၅။ တကယ့်တောင်းပန်ခြင်းဆိုတာ	၁၁၉
၄၆။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်သာ အရင်ပြင်ဆင်ပါ	၁၂၁
၄၇။ လက်ရှိအချိန်မှာ စိတ်ချမ်းမြေ့မှုကိုရှာ	၁၂၃
၄၈။ သေသေချာချာ စဉ်းစားပါ	၁၂၅
၄၉။ လုံးဝမရပ်လိုက်ပါနဲ့	၁၂၇
၅၀။ စိတ်ခွန်အား	၁၂၉
၅၁။ မမြင်နိုင်သည်ကို လေးစားပါ	၁၃၂
၅၂။ အဖေ လူကြမ်းမင်းသား	၁၃၅
၅၃။ The meanest mom in the world	၁၄၁
၅၄။ တိတ်ဆိတ်နေဖို့ ရွေးချယ်လိုက်ခြင်း	၁၄၄
၅၅။ အရင်လို မဟုတ်တော့ပါ ....	၁၄၅
၅၆။ နှိမ့်ချတတ်ခြင်း ...	၁၄၇
၅၇။ ချစ်တာတစ်ခုတည်းအတွက် လက်မထပ်ပါနဲ့	၁၄၉
၅၈။ နွေးထွေးတဲ့ လက်တစ်စုံ	၁၅၂
၅၉။ ဘာလို့ တချို့ကို လွတ်ချလိုက်ရသလဲဆိုတော့ ...	၁၅၄
၆၀။ ကိုယ့်ပုံစံနဲ့ကိုယ် ...	၁၅၇
၆၁။ လိုက်မဖမ်းနဲ့၊ သူ့အလိုလိုလာပါစေ	၁၅၉
၆၂။ သင်သည်သာလျှင် ပဲ့ကိုင်ရှင်	၁၆၂
၆၃။ နေရာနဲ့ တန်ဖိုး	၁၆၄
၆၄။ ပြောသင့်တာပဲ ပြောပါ	၁၆၆
၆၅။ ဘယ်သူမှ အမြင့်ကြီးမှာ ထိုင်နေတာမဟုတ်	၁၆၈
၆၆။ မဆုံးရှုံးပါစေနဲ့	၁၇၀
၆၇။ တန်ဖိုးထားပါ	၁၇၃
၆၈။ လက်ထပ်ပြီးခါစ မိန်းကလေးမှ သူ့မိခင်ထံ ပေးစာ	၁၇၃

၆၉။ မိဘရဲ့ စကား	၁၇၆
၇၀။ မဖြစ်နိုင်တာတွေကို ထိုင်တွေးပူမနေပါနဲ့	၁၇၈
၇၁။ နည်းနည်းနဲ့ကောင်းကောင်း	၁၇၉
၇၂။ မိဘတို့မည်သည် ...	၁၈၃
၇၃။ တကယ်တော့ ...	၁၈၆
၇၄။ ယနေ့ ဖတ်စရာ	၁၈၇
၇၅။ သာယာတဲ့အိမ်ထောင်ရေးဆိုတာ ...	၁၉၀
၇၆။ အောင်မြင်တဲ့နေ့	၁၉၂
၇၇။ အသက် ၅၀ ကျော် အမျိုးသမီးသူငယ်ချင်းများအတွက်	၁၉၄
၇၈။ သူ မတွေ့စေနဲ့နော်	၁၉၆
၇၉။ ကိုယ့်ကြောင့်များလား Is it because of me?	၂၀၀
၈၀။ သစ်ပင်တစ်ပင်ကောင်းရင် ငှက်တစ်သောင်း နားနိုင်တယ်	၂၀၂
၈၁။ ဖုန်းဆက်တာ ကျေးဇူးပါ In a lighter vein ...	၂၀၃
၈၂။ ကျွန်တော့်ညီမလေး ရင့်ကျက်သွားပြီ My little sister has become mature	၂၀၆
၈၃။ အကြွင်းမဲ့မေတ္တာ	၂၁၀
၈၄။ မနစ်မြုပ်စေပါနဲ့	၂၁၂
၈၅။ သီတင်းကျွတ် လက်ဆောင် ချစ်ခြင်းမေတ္တာ ဆိုသည်မှာ ...	၂၁၃
၈၆။ ကိုယ့်အချိန် ကိုယ့်အရှိန်နဲ့	၂၁၆
၈၇။ ကိုယ် ဘာတွေပြောင်းလဲလာသလဲ	၂၁၈
၈၈။ HOW TO BECOME A BETTER YOU EVERY DAY မိမိကိုယ်ကို နေ့စဉ်ပိုမိုတိုးတက်လာစေဖို့	၂၂၂
၈၉။ ကောင်းချင်လို့ကို ကောင်းတာလုပ်တာ	၂၂၄
၉၀။ ကလေးတွေကို သင်ပေးပါ	၂၂၆

၉၁။ Be who you are ကိုယ့်ပုံစံအတိုင်းပဲနေပါ	၂၂၈
၉၂။ Words matter စကားဆိုတာ အရေးကြီးတယ်	၂၃၀
၉၃။ Live fair and square တရားမျှတစွာ နေထိုင်ပါ	၂၃၁
၉၄။ Imagine this: စဉ်းစားကြည့်နော်	၂၃၂
၉၅။ မပျောက်ဆုံးသွားပါ	၂၃၃
၉၆။ အကောင်းဆုံးလုပ်ပါ	၂၃၄
၉၇။ စိတ်ငြိမ်းချမ်းချင်ရင်	၂၃၅
၉၈။ Morning Musings: မနက်ခင်း အတွေးများ	၂၃၇
၉၉။ အမှီအခိုကင်းစွာ	၂၃၉
၁၀၀။ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ရဲ့ ဘဝလက်ဆောင်	၂၄၀
၁၀၁။ တန်ဖိုးထားပါ Value it	၂၄၅
၁၀၂။ အားလုံးကို သတိထားမိပါတယ်	၂၄၈
၁၀၃။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည်များကို အချိန်မဆွဲဖို့	၂၄၉
၁၀၄။ Dear Men, အသင် ပုရိသတို့	၂၅၁
၁၀၅။ Self-Worth ကိုယ့်တန်ဖိုး	၂၅၃
၁၀၆။ 15 things you should never ever do in Life: ဘဝမှာ ဘယ်တော့မှ မလုပ်သင့်တဲ့အရာ ၁၅ ခု	၂၅၄
၁၀၇။ Note to Self မိမိ မှတ်ရန်	၂၅၇
၁၀၈။ မှတ်မိနေလိမ့်မယ်	၂၅၉

၁၀၉။ မေတ္တာစိတ်လေးနဲ့ ပြောပါ	၂၆၀
၁၁၀။ လောကကြီးက တရားပါတယ်	၂၆၂
၁၁၁။ အဖော်မွန်	၂၆၃
၁၁၂။ YOLO	၂၆၅
၁၁၃။ ပြီးအောင်ဖတ်ကြည့်ပါ	၂၆၇



### အမှာစကားဦး

ဘာကြောင့် Literature with a small L လို့ ခေါ်ရသလဲ။

အင်္ဂလိပ်စကားမှာ ရသစာပေကို Literature လို့ သိမ်းကျုံးခေါ်ကြပါတယ်။ ဖတ်ရှုသင့်တဲ့ စာကောင်းပေမွန်တွေကို Canon, Literary canon, Canonical literary texts စသည်ဖြင့်ခေါ်ပါတယ်။ English literary canon လို့ပြောလိုက်ရင်

William Shakespeare ရဲ့ Hamlet, Macbeth, Romeo and Juliet စသည့်ပြဇာတ်တွေ၊ Jane Austen ရဲ့ Pride and Prejudice, Emma, Sense and Sensibility စသည့်ဝတ္ထုတွေ၊ John Miltonရဲ့ Paradise Lost ကဗျာရှည်ကြီး၊ T.S.Eliot ရဲ့ The Waste Land လို ကဗျာ တွေ၊ Charles Dickens, Virginia Woolf, James Joyce, Henry James, George Orwell စသည့် စသည့် စာရေးဆရာကြီးများရဲ့ ဝတ္ထုရှည်ကြီးများကို ဆိုလိုတာလို့ အများက မှတ်ယူထားကြပါတယ်။ ဒါတွေဟာ canonical literary texts စာကြီးပေကြီးတွေပေါ့။ အချိန်ပေးပြီးဖတ်နိုင်မှ appreciate လုပ်နိုင်မယ့် အရသာခံနိုင်မယ့် စာအုပ်တွေဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို စာပေကို Literature with a capital 'L' လို့ ပြောနိုင်ပါတယ်။

ကျွန်တော် Nottingham တက္ကသိုလ်မှာ ကျောင်းတက်ခဲ့တုန်းက နီးစပ်ရင်းနှီးခွင့်ရခဲ့တဲ့ ကမ္ဘာကျော် ပါမောက္ခကြီး တစ်ယောက်ရှိခဲ့ပါတယ်။ Professor John McRae ပါ။ သူ့ရဲ့ အားသာချက်က စာကြီးပေကြီး English Literature ကို နိုင်ငံခြားကျောင်းသားတွေကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ စကားသင်ကြားရေး foreign language classroom ထဲမှာ စိတ်ဝင်စားစရာ ကောင်းအောင် ဘယ်လိုနည်းလမ်းတွေနဲ့ အသုံးချလို့ရနိုင်ကြောင်းကို ဆရာ ဆရာမတွေကို ပညာမျက်စိဖွင့်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ Professor John McRae ဟာ သူ့ရဲ့ နောက်ပိုင်းနှစ်တွေမှာ literary text တွေကိုသာမက ဘယ်လို text မျိုးကိုမဆို (ဥပမာ သီချင်းတစ်ပုဒ်၊ ဟိုက်ကူကဗျာတို တစ်ပုဒ်၊ advertisement, shopping list, restaurant menu, road signs, train schedule, diary entry, စသည်ဖြင့်) ဆရာတစ်ယောက်ဟာ creatively သုံးတတ်တဲ့ အမြင်ရှိရင် အဲဒီလို short texts စာတိုပေစလေးများကိုပင် foreign language classroom ထဲမှာ အသုံးချနိုင်ကြောင်း၊ short text လေးတွေဟာလည်း အသုံးချတတ်ရင် စာကြီးပေကြီးတွေလိုပဲ တွေးခေါ်စရာ၊ စဉ်းစားစရာ food for thought အပြည့်ပါဝင်နိုင်ကြောင်းကို တင်ပြချင်လို့ Literature with a small 'L' လို့ ခေါင်းစဉ်ပေးပြီး ကမ္ဘာအနှံ့ မှာ teacher training တွေ၊ workshop တွေ အောင်မြင်စွာ ပြုလုပ်ပေးခဲ့ပါ တယ်။ စာအုပ်တွေလည်း ရေးခဲ့ပါတယ်။

ခုကာလကြီးမှာ ကျွန်တော်တို့တွေ ရှင်သန်နေထိုင်နေကြရပုံဟာ life in the fast lane လို့ မြင်မိပါတယ်။ အစားသုတ်သုတ်၊ အသွားသုတ်သုတ်၊ စာဖတ်တာတောင်မှ social media ပေါ်မှာ reading in a hurry စာတိုလေး တွေကို ခပ်သုတ်သုတ် ဖတ်နေကြရတာများပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် ကျွန်တော် ဟာလည်း ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်ပိုင်းမှာ စာဖတ်သူ အချိန်နည်းနည်းလေးပေးပြီး ခပ်မြန်မြန်ဖတ်လိုက်တာနဲ့ အကျိုးရှိစေမယ့် စာအတိုလေးတွေကို ဘာသာ ပြန်ရေး၊ ပင်ကိုယ်ရေးတွေပါ ရေးတင်ခဲ့ပါတယ်။ အခုဒီစာအုပ်လေးဟာ အဲဒီ post တွေကို ပြန်စုစည်းထားတာပါ။ ကိုယ်စာဖတ်ရင်း ကြိုက်လို့ စုထားတဲ့ စာတိုပေစလေးတွေအပြင် ကိုယ်တိုင်ခံစားပြီးရေးထားတဲ့ bilin- gual text အတိုလေးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ စာဖတ်ပြီး ဘဝတိုးတက်ရေးအတွက်

ဆင်ခြင်သုံးသပ်စရာတွေ၊ သတိပြုမှတ်သားစရာတွေ ရနိုင်မယ့်အပြင် အင်္ဂလိပ်လိုကိုပါဖတ်ပြီး ဝေါဟာရတိုးပွားလာမယ့်အပြင် ဘာသာပြန်ပုံကိုလည်း လေ့လာကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။ Literary canon လို အကြာကြီးအချိန်မပေးရဘဲနဲ့ အချိန်အနည်းငယ်အတွင်း၊ မိနစ်ပိုင်းလေးအတွင်း ပညာအလင်းဘတ်သီးလေးတွေ လင်းလက်သွားစေနိုင်မယ့် light bulb moment, Eureka moment လေးတွေ တွေ့ကြုံခံစားရနိုင်ပါတယ်။ အချိန်အနည်းငယ်သာပေးပြီး စာတိုလေးတစ်ပုဒ်ကို ဖတ်လိုက်ရပေမယ့် ဖြန့်ကြက်တွေးဆစရာများစွာကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်မယ့် “နည်းနည်းရင်းပြီး များများမြတ်” မယ့် Low cost but high returns ပေးနိုင်မယ့် Literature with a small 'L' ဖြစ်ပါတယ်လို့ .....

မေတ္တာဖြင့်  
ဒေါက်တာစိုးသန်း  
May 6, 2025



"Life doesn't always get better.  
 But you do.  
 You get stronger.  
 You get wiser.  
 You get softer.  
 With tattered wings you rise.  
 And the world watches in wonder  
 at the breathless beauty of  
 a human who survived life."

- L.R. Knost

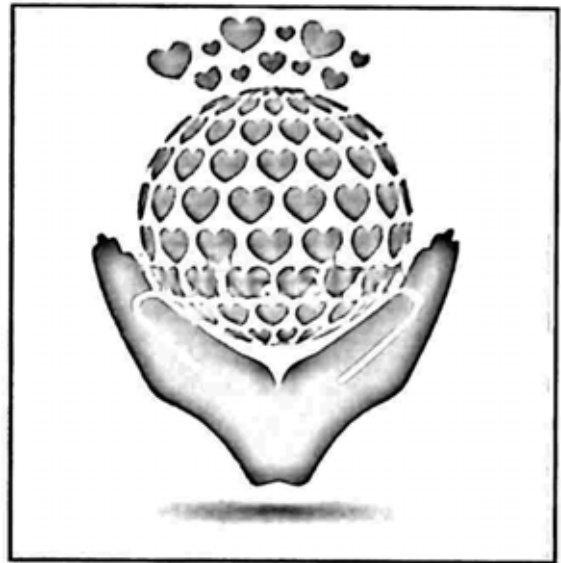
ဘဝခရီးမှာ အမြဲမသာယာ။  
 သို့သော် သင်ကား တိုးတက်ငြား၏။  
 အားခွန်ပိုရှိ၊  
 သင် ပိုသိပြီ။  
 နှလုံးစိတ်လည်း သိမ်မွေ့နှူးညံ့လှပါ၏။  
 တောင်ပံစုတ်ပြီ ယိုယွင်းသော်လည်း  
 အာကာမြင့်သို့ ရဲရဲတက်၏။  
 ကမ္ဘာလောကီ၊ အံ့သြကြည့်မြင်  
 ဝင်သက်ထွက်သက်၊ ရပ်တန့်လှမတတ်  
 လှပတင့်တယ်၊ အခက်အခဲကိုကျော်  
 အံ့ဖွယ်ခံညား အသင်လူသား။

"We are like books. Most people only see our cover, the minority read only the introduction, many people believe the critics. Few will know our content."

- Emile Zola

“ကျွန်တော်တို့သည် စာအုပ်များကဲ့သို့ပင်။ လူအများစုသည် ကျွန်တော်တို့၏ အဖုံးကိုသာ မြင်ကြပြီး လူနည်းစုက နိဒါန်းကိုသာ ဖတ်ကြကာ လူအများက ဝေဖန်ရေး သမားများကို ယုံကြည်ကြသည်။ လူအနည်းငယ်ကသာ ကျွန်တော်တို့၏ အကြောင်းကို သိလိမ့်မည်။”





နေရာတိုင်း၌ ကိန်းအောင်းလျက် ရှိနေ၏  
 Love is everywhere

မျက်စိနှင့်မမြင်နိုင်သော လက်ထောင်ပေါင်းများစွာသည် သင့်အား အစဉ်အမြဲ ကူညီစောင့်ရှောက်လျက်ရှိကြောင်း ယုံမှားသံသယ မဖြစ်ပါနှင့်။ မေတ္တာတရားသည် သင် မမြင်နိုင်သော်လည်း နေရာတိုင်း၌ ကိန်းအောင်းလျက် ရှိနေ၏။ မမျှော်လင့်ထားသော အချိန်၌ အကြင်နာဆုံး စောင့်ရှောက်မှု ရောက်ရှိလာပါလိမ့်မည်။ သင် အမည်ပင်မသိသော သူတစ်ဦးထံမှ ဖြစ်နိုင်ကောင်း၏။

Never doubt that thousands of invisible hands are helping you at all times.

Love is everywhere, even if you can't see it.

The tenderest care will arrive when you least expect it, and from someone whose name you may never know.

- Elizabeth Gilbert



### မိမိ၏ သားသမီးကို အင်္ဂလိပ်စာဖတ်နိုင်လာအောင် ကူညီနည်း

ကျောင်းမှာ အင်္ဂလိပ်စာကို သင်ပေးတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်များထဲက တစ်ခုက လူငယ်တွေ လက်တွေ့နေ့စဉ်ဘဝမှာ အင်္ဂလိပ်လိုရေးထားတဲ့ စာအုပ်တွေကို ကိုယ်တိုင် ဖတ်နိုင် နားလည်နိုင်ဖို့ဖြစ်တယ်။ ကလေးတွေ စာကို ဖတ်နိုင်လာအောင်၊ စာပေကို စိတ်ဝင်စား ချစ်မြတ်နိုးလာအောင် မိဘတွေက ကူညီလမ်းညွှန်နိုင်ရင် အတိုင်းထက် အလွန်ပေါ့။ ကိုယ့်ကလေးတွေ အင်္ဂလိပ်စာအုပ်တွေကို fluently ဖတ်လာနိုင်အောင် မိဘများက လုပ်ပေးလို့ ရပါတယ်။

အလယ်တန်း၊ အထက်တန်းကျောင်းသားအရွယ်လောက်ဆိုရင် ကျွန်တော် တို့က Simplified readers လို့ခေါ်နေကြတဲ့ ကျောင်းသားတွေ နားလည်နိုင်အောင် နာမည်ကြီး မူရင်းဝတ္ထုတွေကို အလွယ်စားအင်္ဂလိပ်စာနဲ့ ပြန်ရေးထားတဲ့ ဝတ္ထုပါးပါး လေးတွေကို စဖတ်နိုင်ပါပြီ။ Cambridge University Press ကတော့ English Readers လို့ခေါ်ပြီး Oxford University Press ကတော့ Simplified Edition လို့ ခေါ်ပါတယ်။

အဲဒီ retold, simplified, graded reader တွေဟာ ထွက်ထားတာ စာအုပ် ပေါင်း ထောင်ချီရှိလောက်တယ်။ အခုဆို ရန်ကုန်လို စာအုပ်ဆိုင်ကြီးတွေမှာ ဝယ်လို့ ရတယ်။ Library ကြီးတွေမှာ ငှားလို့ရတယ်။ စာအုပ်အဟောင်းဆိုင်တွေမှာလည်း

mg y o e . c o m

ရှာတတ်ရင် ရှိတယ်။ Online မှာလည်း ရှာဖတ်နိုင်ပါတယ်။ မိဘက ဒီလို စာအုပ်တွေကို ရှာပေးနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကလေးကို အဲဒီ story စာအုပ်လေးတွေကို အလွယ်စားမှ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ခက်တဲ့အဆင့်ထိ တက်ဖတ်ခိုင်းပါ။ စာအုပ်ရဲ့ နောက်ကျောအဖုံး back cover မှာ အဲဒီစာအုပ်ရဲ့ level of English ကို ညွှန်ပြထားပါတယ်။

ဥပမာ Cambridge ဆိုရင် သူ့ရဲ့ Readers တွေကို အဆင့် ၇ ခု ခွဲပြထားတာကို back cover မှာ မြင်နိုင်တယ်။ ကိုယ်ဖတ်နေတဲ့ စာအုပ်ရဲ့ အင်္ဂလိပ်စာ level of difficulty ကို highlight လုပ်ပြထားတယ်။

- Starter Level Starter or Beginner
- Level 1 Beginner or Elementary
- Level 2 Elementary or Lower-Intermediate
- Level 3 Lower Intermediate
- Level 4 Intermediate
- Level 5 Upper-Intermediate
- Level 6 Advanced

စာအုပ်တွေကို ကလေးအတွက် ရွေးပေးတဲ့အခါမှာ အစပိုင်းမှာ Level 1, 2 လောက်ကို ရွေးပါ။ ဖတ်ရှိန်ရလာတော့မှ အဆင့်မြင့်တာတွေကို ပေးပါ။ Level 5, 6 လောက်ဆိုရင် သုံးထားတဲ့ vocabulary နဲ့ sentence structure တို့ သိသိသာသာ မြင့်လာတာကို တွေ့ရပါတယ်။

အဲဒီလို simplified reader တွေကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် လအတန်ကြာ ဖတ်ခဲ့တဲ့ ကလေးဟာ အင်္ဂလိပ်စာကို ကျောင်းစာကို တာဝန်အရ ဖတ်တာမျိုးမဟုတ်ဘဲ reading for pleasure, fluent reading ကို လုပ်တတ်သူဖြစ်နေပါပြီ။ စာဖတ်ရတာကို သူ မကြောက်တော့ပါဘူး။ နောက်တစ်ဆင့် ထပ်တက်နိုင်ပါပြီ။

Native speaker တွေဖတ်ဖို့ ရေးထားတဲ့ မူရင်းဝတ္ထုတွေဟာ သူ့အတွက် တော့ ခက်နေဦးမှာဖြစ်တယ်။ ကြားထဲမှာ ပေါင်းကူးဖို့ သူ့အတွက် authentic reading materials တွေ လိုပါတယ်။ အဲဒီအတွက် ညွှန်းပေးချင်တဲ့ အကောင်းဆုံး reading materials တွေကတော့ O. Henry, Ernest Hemingway, Oscar Wilde, Roald Dahl, R. K. Narayan စသည့် စသည့် ကမ္ဘာကျော်စာရေးဆရာကြီးများ၏ short stories ဝတ္ထုတိုများပဲဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီဆရာကြီးများ ရေးထားတဲ့ ဝတ္ထုတိုလေးတွေရဲ့

mgyc.com

ထူးခြားချက်တစ်ခုကတော့ သူတို့ရဲ့ simple English ပါပဲ။ ဥပမာ Hemingway ရဲ့ ဝတ္ထုတိုတွေကိုကြည့်ပါ။ ဝါကျတိုတိုလေးတွေနဲ့ ကိုယ်သိပြီးသား vocabulary တွေကိုပဲ သုံးထားတာ။ သုံးထားတဲ့ ဘာသာစကားက deceptively simple ရိုးရှင်းပေမဲ့ စာရေးသူပြောချင်တဲ့ theme ကို နားလည်ဖို့ စာဖတ်သူ ဦးနှောက်ကို အလုပ်ပေးရပါတယ်။ ဒီလို short story တွေဟာ authentic literature ဖြစ်တဲ့အပြင် စာအုပ်အထူကြီးတွေလိုမဟုတ်ဘဲ မြန်မြန်သွက်သွက် ဖတ်လိုပြီးတဲ့အတွက် စာဖတ်သူရဲ့ motivation ကိုလည်း မြင့်တက်လာစေနိုင်ပါတယ်။ အပေါ်မှာပြောခဲ့တဲ့ စာရေးဆရာကြီးတွေရဲ့ short story တွေအပြင် အခြားဝတ္ထုတိုများကိုလည်း ကလေးအတွက် ရသမျှ ရှာပေးပါ။ Google လုပ်ကြည့်ပြီး online မှာလည်း ဖတ်လိုရပါတယ်။

ဒီလို ပုံမှန် စွဲစွဲမြဲမြဲ စာဖတ်လာခဲ့တာ နှစ်ပေါက်လာပြီဆိုရင်တော့ ဒီကလေးဟာ original fiction, full-length novel မှုရင်းဝတ္ထုရှည်တွေကိုဖတ်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်လောက်ပြီ။ စာဖတ်ကျင့်ရှိပြီးသူ၊ စာဖတ်နိုင်သူ ဖြစ်နေပြီမို့ သူ စိတ်ဝင်စားရာ novel တွေကို စပြီး ဖတ်သင့်ပြီ။ လူငယ်တွေအတွက် ရေးထားတဲ့ teen novels တွေ young adult fiction တွေနဲ့ စဖတ်ရင်တော့ သူ့အတွက် ပိုပျော်စရာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို teen novel တွေကို ဖတ်ကြတဲ့ ကလေးတွေဟာ သုံးလေးနှစ်လောက်ကြာရင် လူကြီးလေးတွေဖြစ်သွားကြတဲ့အတွက် classic novels တွေဘက်ကို သူ့အလိုလို ပြောင်းဖတ်သွားကြတာကို သမီး Sandy နဲ့ သူ့သူငယ်ချင်းအချို့ စာဖတ်ကြပုံကိုအကဲခတ်ကြည့်ပြီး အကြံပေးစာ ရေးလိုက်မိပြန်ပါတယ်။



### စာအုပ်သမားတစ်ယောက်အကြောင်း

မော်ရိုကိုနိုင်ငံ၊ ရာဘတ်မြို့မှ အသက် ၇၂ နှစ်အရွယ် Mohamed Aziz ဟာ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ဓာတ်ပုံရိုက်အခံရဆုံးသူ စာအုပ်အရောင်းသမားဖြစ်တယ်။

လူဦးရေရဲ့ ၂၆ ရာခိုင်နှုန်းလောက်က စာမဖတ်နိုင်သေးတဲ့ တိုင်းပြည်မှာ စာအုပ်တွေ ရောင်းရတာဟာ မြို့နဲ့ စာပေကို ချစ်မြတ်နိုးတဲ့ လုပ်ရပ်တစ်ခုပါ။ အသက် ခြောက်နှစ်အရွယ်ကတည်းက မိဘမဲ့ခဲ့တဲ့ Aziz ရဲ့ဘဝဟာ ခက်ခဲကြမ်းတမ်းပါတယ်။ သူ့အတွက် ကျောင်းစာအုပ်တွေက အရမ်းဈေးကြီးတာကြောင့် အထက်တန်းကျောင်း တောင် မပြီးနိုင်ခဲ့ဘူး။

၁၉၆၃ သူ အသက် ၁၅ နှစ်မှာ သစ်ပင်အောက် ကော်ဇောပေါ်မှာ စာအုပ် ကိုးအုပ်နဲ့ စာအုပ်ရောင်းသူအဖြစ် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း စတင်ခဲ့တယ်။

အခုဆို သူ့ရဲ့စာအုပ်ဆိုင်မှာ စာအုပ်ပေါင်း ထောင်ပေါင်းများစွာကို ရောင်းချ နေပြီး သူဟာ စာအုပ်များထဲမှာ နှစ်မြုပ်ကာ ပုံပြင်များကို ဝါးမျိုကာ သူ့နေ့ရက်များကို ကုန်ဆုံးစေပါတယ်။

သူဟာ တစ်နေ့ကို ၆ နာရီမှ ၈ နာရီခန့် စာဖတ်ပြီး ထမင်းစားချိန်၊ ဘုရားရှိခိုး ချိန်၊ ဆေးလိပ်သောက်ချိန်နဲ့ ဖောက်သည်များကို ကူညီပေးချိန်တွေမှာသာ စာဖတ်တာ ကို ရပ်ပါတယ်။ အားလပ်ချိန်မှာတော့ ရပ်ကွက်တစ်ဝိုက်မှာ လမ်းလျှောက်ပြီး သူ့



ဆိုင်မှာရောင်းဖို့ စာအုပ်တွေကို ရှာပါတယ်။

ဒါဟာ သူ့ရဲ့ ကလေးဘဝနဲ့ ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို လက်စားချေခြင်းဖြစ်တယ်လို့ သူကပြောတယ်။ “ကျွန်တော်က အာရဗီ၊ ပြင်သစ်၊ အင်္ဂလိပ် ဒါမှမဟုတ် စပိန်လို စာအုပ်ပေါင်း ၄,၀၀၀ ကျော် ဖတ်ပြီးပြီမို့ ဘဝပေါင်း ၄,၀၀၀ ကျော် နေထိုင်ခဲ့ပြီးပြီ။ ဒီလိုအခွင့်အရေးမျိုး လူတိုင်းရသင့်တယ်။ ကျွန်တော့်မွေးနေ့မှာပျော်ဖို့ ခေါင်းအုံးနှစ်လုံးနဲ့ စာအုပ်တစ်အုပ်ပဲ လိုပါတယ်”

သူဟာ ရာဘတ်မြို့မှာ သက်တမ်းအရှည်ဆုံး စာအုပ်ရောင်းချသူဖြစ်ပြီး အဲဒီနေရာမှာပဲ ၄၃ နှစ်ကျော်ကြာ ဆိုင်ဖွင့်ခဲ့တာပါ။

လူခိုးနိုင်တဲ့ စာအုပ်တွေကို အပြင်မှာ လူစောင့်မရှိဘဲ ဘာလို့ထားတာလဲလို့ မေးတဲ့အခါ စာမဖတ်တတ်တဲ့သူတွေက စာအုပ်မခိုးဘူး၊ စာဖတ်တဲ့သူတွေကလည်း သူခိုးမဟုတ်ဘူးလို့ သူကပြောပါတယ်။

72-year-old Mohamed Aziz from the city of Rabat, Morocco is the most photographed bookseller in the world.

Selling books in a country where 26% of the population still cannot read is an act of love for the city and literature. Orphaned since the age of 6, Aziz had a hard life; he couldn't even finish high school

because the textbooks were too expensive for him.

In 1963, at the age of 15, he started his career as a bookseller, only on a carpet under a tree with 9 books.

He now sells thousands of books in his bookstore and spends his days immersed in books devouring their stories.

He reads 6-8 hours a day and only stops to eat, pray, smoke and help customers. In his free time, he walks around the neighborhood looking for books, which he later sells in his shop.

He says this is his revenge against his childhood and poverty: "I have read more than 4,000 books in Arabic, French, English or Spanish, so I have lived more than 4,000 lives. Everyone should have this opportunity! All I need is two pillows and a book to enjoy my birthday."

He is the longest-serving bookseller in Rabat, working in the same place for more than 43 years.

When asked why he leaves his books unattended outside where they can be stolen, he replied that those who cannot read do not steal books and those who can are not thieves.

English text - Strange and Curious Things



### မပြောနဲ့၊ အလုပ်နဲ့ သက်သေပြပါ

မြေကို လျှို့ဝှက်ပြီး ဝယ်ပါ။ အိမ်ကို တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် ဆောက်ပါ။  
ပြီးတော့မှ အိမ်တက်ပွဲကို လူသိရှင်ကြား ကျင်းပလိုက်ပါ။

တိတ်တိတ်လေး ပိုးပန်းပါ။ နှစ်ကိုယ်ကြား လက်ထပ်ခွင့် တောင်းပါ။ ပြီးမှ  
မင်္ဂလာဆောင်ကို လူအများရှေ့မှာ ဆင်နွဲ့လိုက်ပါ။

သင့်ကို မနှစ်မြို့တဲ့သူတွေကို သင့်ရဲ့ လက်တွေ့ဘဝကိုပဲ မြင်ခွင့်ပေး။ သင့်ရဲ့  
ရည်မှန်းချက်တွေကို မမြင်စေနဲ့။

စစ်တုရင်ကစားတဲ့အခါ စကားမပြောဘူး။ လက်တွေ့ အကွက်ရွှေ့တယ်။  
စစ်တုရင်ကစားရင်း တစ်ခါပဲ စကားပြောရတယ်။ “ငါ နိုင်ပြီ” လို့ ကြေညာတဲ့အခါပဲ။  
ဘဝဆိုတာလည်း စစ်တုရင်လိုပဲ။ သင် ဘာလုပ်မယ်ဆိုတာ တစ်ရွာလုံးသိအောင်  
ကြိုမပြောနဲ့။ တိတ်တိတ်လေး လုပ်ပါ။

Buy land in secret. Build the house in secret. Then do the house  
warming party with publicity.

Date in secret. Propose in private. Then marry in front of a  
crowd.

Let your haters only see your reality, never your vision.

In a game of chess, you don't speak. You just act. The only time  
that you ever speak when playing chess is to say checkmate. Life is  
like chess. Don't broadcast your intentions. Act quietly.

English text - Be Happy



### ဒီနေ့ပဲ စလုပ်လိုက်ပါ

ဘဝမှာ အရာတိုင်းအတွက် သီးသန့်အချိန်ကာလ ရှိပါတယ် - ဝါသနာပါတာတွေ၊ ပျော်ရွှင်မှုတွေ၊ ရင်ထဲ နွေးထွေးစရာ အရာလေးတွေအတွက်ပါ။ အဲဒီအချိန်ကာလ ကုန်လွန်သွားပြီးမှ အိပ်မက်တွေကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်သေးပေမဲ့ ရလာတဲ့ အရသာက မူလကလို မဖြစ်နိုင်တော့ပါဘူး။

အသက် ၁၈ နှစ်မှာ နတ်သုဓာလို အရသာရှိတဲ့ ပီဇာဟာ အသက် ၃၂ နှစ်မှာတော့ အဲဒီလောက် အရသာထူးမနေတော့ပါဘူး။

အသက် ၁၈ နှစ် မှာ ရွယ်တူချင်းနဲ့ စက်ဘီးစီးတာ၊ ပန်းခြံထဲ လမ်းလျှောက်တာတွေက အချစ်ရသ ပေါ်လွင်နေပေမဲ့ အသက် ၃၆ နှစ်မှာတော့ အဲဒီလို စိတ်ကူးယဉ်ဆန်မှုမျိုး မရှိတော့ပါဘူး။

အသက် ၂၁ နှစ်မှာ ကောလိပ်က သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ ခရီးထွက်တာဟာ အသက် ၄၀ မှာတော့ အရသာ လုံးဝကွာခြားသွားပါပြီ။

“တစ်ချိန်မှာ လှပတဲ့ နောက်ဖေးခြံလေး ပိုင်ဆိုင်မယ်” လို့ မိမိရဲ့ လသာဆောင်မှာတောင် ပန်းပင်တစ်ပင် မစိုက်ရသေးတဲ့သူက ပြောတတ်ပါတယ်။ နောက်ဖေးခြံတကယ်ရလာတဲ့အချိန်မှာတော့ ဥယျာဉ်ခြံ ပြုစုဖို့ အချိန်ရော၊ ခွန်အားရော မရှိတော့ပါဘူး။

မိဘတွေကို တန်ဖိုးကြီးလက်ဆောင်တွေ ဝယ်ပေးနိုင်အောင် ငွေရှာမယ်လို့ အိပ်မက်မက်နေသလား။ လှပတဲ့ အိပ်မက်ပါပဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေ ဝယ်နိုင်လောက် တဲ့အချိန် ရောက်လာတော့ မိဘတွေက လက်ဆောင်လက်ခံဖို့ ရှိမနေကြတော့ပါဘူး။

ဘဝရဲ့သာယာမှုလေးတွေဟာ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်ပါဘူး။ သူတို့က နှလုံးသားကို သွေးခုန်စေပြီး ရှင်သန်တက်ကြွစေပါတယ်။ မပြည့်ဝနိုင်တဲ့ ဆန္ဒတွေရဲ့ တိတ်ဆိတ်တဲ့ ညည်းညူသံတွေကြားမှာ နှလုံးသားဟာ ညှိုးချိုးသွားတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အချိန် ရှိနေစဉ်မှာ ကိုယ်ဝါသနာပါတာတွေ၊ ပျော်ရွှင်စရာတွေကို လက်မလွှတ်သင့်ပါဘူး။

“တစ်နေ့မှာ စားမယ်” ဆိုပြီး ဈေးကြီးတဲ့အစားအစာအတွက် စုနေမယ့်အစား၊ ဒီနေ့မှာပဲ တတ်နိုင်တဲ့ပမာဏလေးနဲ့ အရသာရှိတာလေး စားကြည့်ပါ။ ယုံပါ၊ ဘဝရဲ့ အကောင်းဆုံးအရသာတွေကို ခံစားရမှာပါ။

သင်ချစ်တဲ့သူနဲ့ တွေ့ဆုံဖို့ စောင့်မနေပါနဲ့။ ကော်ဖီသောက်ဖို့ ဖိတ်လိုက်ပါ။ ဒါမှမဟုတ် ပင်လယ်ကမ်းခြေမှာ အတူတူလမ်းလျှောက်ကြည့်ပါ။ သင့်အကြိုက်ဆုံး အဝတ်အစားကို ဝတ်ပြီး မိုးရေထဲမှာ၊ နေဝင်ဆည်းဆာအလှမှာ ပျော်ရွှင်စွာ နေထိုင်ပါ။ မှတ်ထားပါ - ဒီအချိန်တွေဟာ သင့်ဘဝရဲ့ မမေ့နိုင်စရာ အကောင်းဆုံး အချစ် ဇာတ်လမ်းလေးတွေ ဖြစ်လာမှာပါ။

ပိုက်ဆံ အနည်းငယ် ပိုလျှံလာရင် သင့်အချစ်ဆုံး သူငယ်ချင်းကို ပွေ့ဖက်ပြီး “ခရီးထွက်ကြရအောင်လား” လို့ ပြောလိုက်ပါ။ ခရီးဆောင်အိတ် ပြင်ဆင်ပြီး ဒီနေ့ ချက်ချင်းပဲ လမ်းမပေါ် ထွက်လိုက်ပါ။

အိပ်မက်ထဲက ဥယျာဉ်ခြံအတွက် စောင့်မနေပါနဲ့ - သင့်အခန်းထဲမှာ အိုးစိုက် ပန်းပင်လေး တစ်ပင်တည်းကနေ စတင်လိုက်ပါ။

အချိန်ကောင်းကို စောင့်မနေတော့ဘဲ လက်ရှိ ရှိတဲ့ပိုက်ဆံလေးနဲ့ မိဘတွေ အတွက် သူတို့ကြိုက်မယ့် လက်ဆောင်လေး ယခုပဲ ဝယ်ပေးလိုက်ပါ။

မှတ်ထားပါ - ‘တစ်နေ့’ ဆိုတဲ့အချိန် ရောက်လာနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ရဲ့ အိပ်မက်တွေကို အမြဲတမ်း ရွှေ့ဆိုင်းနေသူတွေအတွက်တော့ ဘာတစ်ခုမျှ တကယ် ဖြစ်မလာပါဘူး။ သူတို့ရဲ့ဘဝတွေဟာ နောင်တရမှုတွေ၊ စိတ်ပျက်အားငယ်မှုတွေနဲ့ အဆုံးမရှိ စောင့်စားနေရုံသာ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။

There's a time for everything in life - hobbies, joys, and small pleasures. Once that time passes, you may still fulfill your dreams, but the satisfaction may not be the same.

The pizza that tastes like heaven at 18 may not taste as divine at 32.

At 18, riding a bike or walking through the park with someone your age feels romantic. At 36, it might not carry the same magic.

The joy of a road trip with college friends at 21 may not feel the same at 40.

"I'll have a beautiful backyard garden one day," says someone who hasn't even planted a single flower on their balcony. By the time they get the backyard, they might find they no longer have the time or energy to garden.

Dreaming of earning money to buy expensive gifts for your parents? It's a beautiful thought, but by the time you can afford it, your parents might no longer be here to receive them.

Life's little pleasures are precious. They keep the heart alive, fresh, and vibrant. A heart withers in the silent moan of unmet desires. That's why it's so important to embrace hobbies and joys while there's still time.

If you're saving for a fancy meal someday, consider saving just a little and treating yourself to something delicious today. Believe me, you'll savor the best flavors of life.

Don't wait to find the person you love. Invite them out for coffee, or enjoy a walk along the beach. Put on your favorite outfit, and soak in the rain or sunset. Write it down: these moments will give you the most unforgettable romance of your life.

If you have a little extra cash, grab your best friend, throw your

arm around them, and say, "Let's go on a road trip." Pack your bags and hit the highway today.

Don't wait for a dream garden-start with a single potted plant in your apartment. And instead of waiting for the perfect moment, buy your parents a thoughtful gift with whatever you have now.

Remember: "One day" may come, but for those who keep delaying their dreams, nothing truly happens. Their lives become an endless wait, filled with regret and despair.

English text - Remember

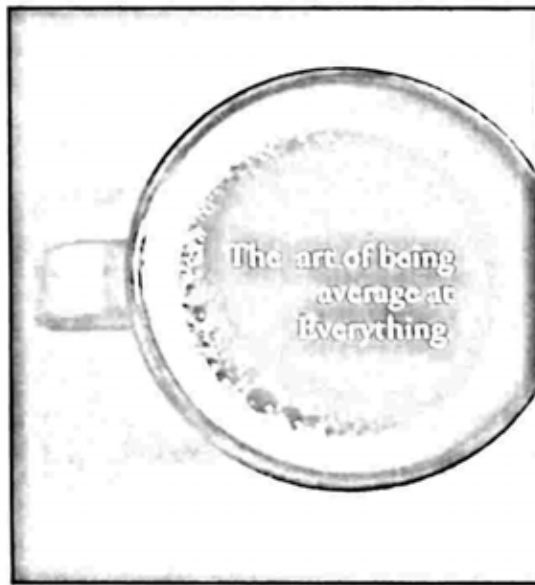


### သာမန်ပါပဲ

ကျွန်တော်ဟာ သာမန်လူတစ်ယောက်ပါပဲ။ ဘယ်နေရာမှာမှ အရည်အချင်း အရှိဆုံး၊ အအောင်မြင်ဆုံး၊ သို့မဟုတ် အထင်ရှားဆုံးသူတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော် တည်ရှိတဲ့နေရာဟာ အရမ်းမြင့်တဲ့မျှော်လင့်ချက်တွေရော၊ အရမ်းနိမ့်တဲ့မျှော်လင့်ချက် တွေပါ မရှိတဲ့ အလယ်အလတ်နေရာပါ။ ကျွန်တော့်ရဲ့ အောင်မြင်မှုတွေက သာမန်ပါပဲ။ အားနည်းချက်တွေကလည်း ထူးထူးခြားခြားကြီး မဟုတ်ပေမဲ့ အများကြီးရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီနေရာမှာ စိတ်အေးချမ်းသာမှု ရှိနေပါတယ်။ အရေးပါဖို့အတွက် ထူးခြားနေ စရာမလိုဘူးဆိုတဲ့ သိနားလည်မှုက ငြိမ်းချမ်းမှုကို ပေးပါတယ်။ နေ့စဉ်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် လေးတွေမှာ၊ ကျွန်တော့်ကို မသတ်မှတ်ပေမဲ့ ပုံသွင်းပေးတဲ့ သာမန်အောင်မြင်မှုလေး တွေနဲ့ ဆုံးရှုံးမှုလေးတွေမှာ ကျေနပ်မှုကို တွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ သာမန်ဖြစ်နေခြင်းဟာ ပြည့်စုံမှုရဲ့ ဖိအားကနေ လွတ်မြောက်စေပြီး နေ့စဉ်ဘဝမှာလည်း သိက္ခာသမာဓိရှိတယ် ဆိုတာကို သတိပေးနေပါတယ်။

အစွန်းရောက်မှုတွေကိုပဲ တန်ဖိုးထားတတ်တဲ့ လောကကြီးထဲမှာ အလယ် အလတ်ဖြစ်မှုကို လက်ခံနိုင်ခြင်းမှာ ဆိတ်ငြိမ်တဲ့ ခွန်အားတစ်ခု ရှိနေပါတယ်။ သာမန် ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာ မထင်ရှားဘူး၊ ပါဝင်ပတ်သက်မှုမရှိဘူးလို့ မဆိုလိုပါဘူး။ အသိ အမှတ်ပြုခံရဖို့ မလိုအပ်ဘဲ ဘဝကို ဖြတ်သန်းနေတဲ့ လူအုပ်စုထဲက တစ်ယောက်

mgvooe.com



ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ ကျေနပ်မှုရဖို့အတွက် ချီးကျူးမှုတွေနောက်ကို လိုက်နေစရာ၊ အမြင့်ဆုံးထိပ်တန်းတွေကို လိုက်လံရှာဖွေနေစရာ မလိုပါဘူး။ သာမန်လူအများကြား ထဲက တစ်ယောက်အနေနဲ့ ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန်နဲ့ ပါဝင်ပံ့ပိုးနေရတာမှာ ပျော်ရွှင်မှု ရှိပါတယ်။ သာမန်ဘဝဟာ ကျရှုံးခြင်းတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘဝဆိုတာ အခြားသူတွေ ကြားမှာ ထူးခြားနေစရာမလိုဘဲ၊ အမြဲတမ်း ပိုရဖို့ ကြိုးစားနေစရာမလိုဘဲ၊ စစ်မှန်စွာ ရှင်သန်နေထိုင်ခြင်းအကြောင်းပဲဆိုတာကို သတိပေးနေတာပါ။ ဒီအမှန်တရားကို လက်ခံလိုက်ခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင်အောင်မြင်မှုကို တွေ့ရှိခဲ့ပါတယ်။

I am just an average. I'm not the most talented, the most successful, or the most remarkable person in any room. I exist in the quiet middle ground where expectations are neither sky-high nor rock-bottom. My achievements are modest, and my flaws, though not extraordinary, are plenty. Yet, there is a certain comfort in this place, a peacefulness in knowing that I don't have to be exceptional to matter. I can find contentment in the simple routines of daily life, in small victories and setbacks that don't define me but shape me. To be average is to be free from the pressure of perfection, a reminder that there is dignity in the everyday.

In a world that glorifies extremes, there's a quiet strength in embracing the middle. Being average doesn't mean being invisible or uninvolved-it means I am part of the crowd, experiencing life without the need for recognition. I don't have to live for accolades or chase the highest peaks to feel fulfilled. There's joy in mediocrity, in knowing that I'm just one person among many, contributing in my own way. The average existence is not a failure; it's simply a reminder that life, at its core, is about living authentically, without needing to stand out or constantly strive for more. And perhaps, in embracing this truth, I've found my own version of success.

English text - Remember



### သင်ထားရစ်ခဲ့မယ့် အမွေအနှစ်

ချစ်သောမိတ်ဆွေ .....

“သင် ပိုင်ဆိုင်ခဲ့တဲ့ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေကြောင့် မဟုတ်ဘဲ သင် ထိတွေ့ဆက်ဆံခဲ့တဲ့ လူတွေရဲ့ဘဝတွေ၊ ဝေငှခဲ့တဲ့ ကြင်နာမှုတွေ၊ ပေးအပ်ခဲ့တဲ့ မေတ္တာတရားတွေနဲ့ ဖန်တီးခဲ့တဲ့ သက်ရောက်မှုတွေကြောင့်သာ သင့်ကို အမှတ်ရကြမှာပါ။ ဒါတွေဟာ သင်ထားခဲ့မယ့် အမွေအနှစ်ပါပဲ။ ရွေးချယ်မှုတိုင်းက သင့်ရဲ့ ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ပုံဖော်နေလို့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ နေထိုင်ပါ”

နောက်ဆုံးမှာတော့ သင် စုဆောင်းထားခဲ့တဲ့ ပိုင်ဆိုင်မှုတွေကြောင့် မဟုတ်ဘဲ သင် ထိတွေ့ဆက်ဆံခဲ့တဲ့ လူတွေရဲ့ဘဝတွေနဲ့ ပေးဝေခဲ့တဲ့ ကြင်နာမှုတွေကြောင့်သာ သင့်ကို အမှတ်တရရှိနေကြမှာပါ။ သင် ပေးအပ်ခဲ့တဲ့ မေတ္တာတရားနဲ့ ချစ်ရစ်ခဲ့တဲ့ သက်ရောက်မှုတွေဟာ သင့်ရဲ့အမွေအနှစ်ကို တိုင်းတာတဲ့ အစစ်အမှန် စံနှုန်းတွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

သင့်ရဲ့ပိုင်ဆိုင်မှုတွေ မဟုတ်ဘဲ လုပ်ဆောင်ချက်တွေကသာ သင် လွှမ်းမိုးခဲ့တဲ့ သူတွေရဲ့နှလုံးသားထဲမှာ ပဲ့တင်ထပ်နေမှာပါ။

ရွေးချယ်မှုတိုင်းက သင့်ရဲ့ဘဝဇာတ်ကြောင်းကို ပုံဖော်နေလို့ ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ နေထိုင်ပါ။ အချိန်တိုင်းဟာ ကရုဏာတရား၊ ရက်ရောမှုနဲ့ အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ ဇာတ်လမ်း

mgjoe.com

တစ်ပုဒ်ကိုဖန်တီးဖို့ အခွင့်အလမ်းတစ်ခုပါ - သင် မရှိတော့တဲ့အခါမှာတောင် ကြာရှည်  
စွာ တန်ဖိုးထားခံရမယ့် ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ပါလေ။

"You will not be remembered for what you owned but for the lives you touched, the kindness you shared, the love you gave, and the impact you made. These define your legacy. Live with purpose because every choice shape your story!"

In the end, it's not the possessions you accumulate that will be remembered, but the lives you touch and the kindness you extend. The love you give and the impact you leave behind are the true measures of your legacy.

Your actions, not your acquisitions, will echo in the hearts of those you've influenced.

Live with purpose, for every choice you make shapes the narrative of your life. Each moment is an opportunity to craft a story filled with compassion, generosity, and meaning-one that will be cherished long after you're gone.

English text - Tips that change your life



အမေ

အမေကို အပြစ်တင်ရန် သင့်ပါးစပ်ဖွင့်တဲ့အခါ၊ သင့်လျှာကို အရင်ကိုက်  
လိုက်ပါ။

ကိုယ်ဝန်ဆောင်ရတာ နာကျင်တယ်။

ကလေးမွေးရတာ နာကျင်တယ်။

နို့တိုက်ရတာ နာကျင်တယ်။

ကလေးငိုတာကို မြင်ရတာ နာကျင်တယ်။

အိပ်ကောင်းခြင်းမအိပ်ရတာ နာကျင်တယ်။

လူတိုင်းကို ဦးစားပေးပြီး ကိုယ်က နောက်ဆုံးဖြစ်နေတာ နာကျင်တယ်။

ကိုယ့်အတွက် အချိန်မရှိတာ နာကျင်တယ်။

မိခင်တစ်ယောက်လိုအပ်တာက အပြစ်တင်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ အကူအညီပါ။

သူလိုအပ်တာက အပြစ်ရှာခြင်း မဟုတ်ဘဲ မေတ္တာပါ။

သူက အားလုံးကို ဂရုစိုက်ပေးရပေမဲ့ သူ့ကိုယ်သူလည်း ဂရုစိုက်ဖို့ လိုအပ်

ပါတယ်။

မိခင်ဖြစ်ခြင်းဟာ ထင်သလောက် မနူးညံ့ပါဘူး။ မိခင်ဖြစ်ခြင်းဟာ လှပတယ်၊  
ဟုတ်ပါတယ်၊ သို့သော် အလွန်ခက်ခဲပါတယ်။

လှပတဲ့အရာကတော့ မိခင်တစ်ယောက်က သူ့ကလေးအပေါ် ထားရှိတဲ့  
မေတ္တာပါပဲ။ အဲဒီမေတ္တာက အရာရာကို ရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။



When you open your mouth to judge a mother, bite your tongue first.

Pregnancy hurts.

Birth hurts.

Breastfeeding hurts.

Watching your baby cry hurts.

Not sleeping well hurts.

Serving everyone and being the last hurts.

Not having time for yourself hurts.

The mother needs help, not to be criticized.

She needs love and not to be judged.

She takes care of everyone, but she needs to take care of herself as well.

Motherhood is not as gentle as it seems; motherhood is beautiful, yes, but it is very difficult.

What's beautiful is the love that a mother has for her child; that love is capable of enduring everything!



၉၀/၁၀ နိယာမ

"The 90/10 principle: Ten percent of life is made up of what happens to you. Ninety percent of life is decided by how you react."

- Dr. Stephen Covey

ဖြစ်ရပ်လေးတစ်ခုကို စဉ်းစားကြည့်ရအောင် - မနက်စာစားနေတုန်း သင့် သမီးလေးက မတော်တဆ ကော်ဖီခွက်ကို သင့်ရုံးဝတ်စုံပေါ် ဖိတ်ကျသွားတယ်။ သင်က ဒေါသထွက်ပြီး ဆဲဆိုရင်း သမီးလေးကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဆူလိုက်တယ်။ သမီးလေးက ငိုချလိုက်တယ်။

သမီးကို ဆူပြီးတော့ သင်က ဇနီးဘက်လှည့်ပြီး ခွက်ကို စားပွဲအစွန်းနားမှာ ထားမိလို့ဆိုပြီး အပြစ်တင်တယ်။ ခွန်းကြီးခွန်းငယ် ပြန်ပြောကြတယ်။ သင်က စိတ်ဆိုး မာန်ဆိုးနဲ့ အပေါ်ထပ်တက်သွားပြီး အကျီလဲတယ်။ ပြန်ဆင်းလာတော့ သမီးလေးက ငိုနေရတာနဲ့ မနက်စာမစားနိုင်ဘူး၊ ကျောင်းသွားဖို့လည်း မပြင်ဆင်နိုင်သေးဘူး။ ကျောင်းကားလည်း လွတ်သွားပြီ။ သင့်ဇနီးကလည်း အလုပ်ကို ချက်ချင်းသွားရမှာမို့ သင်က သမီးကို ကားနဲ့ ကျောင်းပို့ရတယ်။ နောက်ကျနေတာကြောင့် တစ်နာရီ ၆၀ ကီလိုမီတာပဲ မောင်းရမယ့်နေရာမှာ ၈၀ ကီလိုမီတာနဲ့ မောင်းတယ်။ ၁၅ မိနစ်

နောက်ကျသွားပြီး ဒဏ်ကြေး ဒေါ်လာ ၆၀ ဆောင်ရပြီးမှ ကျောင်းရောက်တယ်။ သမီးလေးက နှုတ်တောင်မဆက်ဘဲ ကျောင်းထဲကို ပြေးဝင်သွားတယ်။

ရုံးကို မိနစ် ၃၀ နောက်ကျမှရောက်တော့ လက်ဆွဲအိတ်ကို မေ့ခဲ့မှန်း သတိရတယ်။ သင့်တစ်နေ့တာ အစကတည်းက ဆိုးနေပြီး တစ်စတစ်စ ပိုဆိုးလာသလိုပဲ။ အိမ်ပြန်ရမယ့်အချိန်ကိုပဲ မျှော်နေမိရော။ အိမ်ပြန်ရောက်တော့ သင်နဲ့ သင့်ဇနီးနဲ့ သမီးကြား ဆက်ဆံရေး နည်းနည်းဟာကွက်ဖြစ်သွားတာ တွေ့ရတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ သိလား။ မနက်က သင်ဘယ်လိုတုံ့ပြန်ခဲ့လဲ ဆိုတာကြောင့်ပဲ။

ဘာကြောင့် သင့်တစ်နေ့တာ ဆိုးသွားရတာလဲ။

- က) ကော်ဖီကြောင့်လား
- ခ) သင့်သမီးကြောင့်လား
- ဂ) ယာဉ်ထိန်းရဲကြောင့်လား
- ဃ) သင့်ကြောင့်လား

အဖြေက (ဃ) ပဲ ဖြစ်တယ်။

ကော်ဖီဖိတ်ကျတာကို သင်မထိန်းချုပ်နိုင်ဘူးလေ။ အဲဒီ ၅ စက္ကန့်အတွင်း သင် ဘယ်လိုတုံ့ပြန်လိုက်သလဲဆိုတာက သင့်တစ်နေ့တာကို ဆိုးသွားစေတာ။ တကယ်တော့ ဒီလိုဖြစ်သင့်ပြီး ဖြစ်နိုင်ခဲ့တာပဲ -

ကော်ဖီက သင့်အပေါ်ဖိတ်ကျတယ်။ သမီးလေး ငိုတော့မယ်။ သင်က သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့လေးနဲ့ “ရပါတယ် သမီးရယ်၊ နောက်တစ်ခါ နည်းနည်းပိုသတိထား လိုက်နော်” လို့ပြောလိုက်တယ်။ တဘက်တစ်ခုယူပြီး အပေါ်ထပ်တက်၊ အင်္ကျီလဲ၊ လက်ဆွဲအိတ်ယူတယ်။ ပြန်ဆင်းလာတော့ သမီးလေး ကျောင်းကားပေါ်တက်နေတာ ပြတင်းပေါက်ကနေ တွေ့လိုက်ရတယ်။ သူက လှည့်ကြည့်ပြီး လက်ယပ်ပြတယ်။ သင်နဲ့ဇနီး အလုပ်မသွားခင် ချစ်စနိုးလေး နမ်းရှုပ်နှုတ်ဆက်ကြတယ်။ သင် ၅ မိနစ် တောင် စောပြီး ရုံးရောက်တယ်။ ဝန်ထမ်းတွေကို ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် နှုတ်ဆက်တယ်။ သင့်ဘော့စ်က သင့်အတွက် တစ်နေ့တာ သာယာနေကြောင်း ပြောသေးတယ်။

ကွာခြားချက်ကို သတိထားမိတယ်ထင်ပါတယ်။ အခြေအနေနှစ်မျိုး။ နှစ်ခု စလုံး အစတူပေမဲ့ အဆုံးမတူဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ။ သင် ဘယ်လိုတုံ့ပြန်လိုက်လို့လဲ ဆိုတာကြောင့်ပဲ။ ဖြစ်လာတဲ့အရာတွေရဲ့ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းကိုပဲ သင်ထိန်းချုပ်နိုင်တယ်။ ကျန် ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းက သင်ဘယ်လို တုံ့ပြန်မလဲဆိုတာပေါ် မူတည်နေတာ။

၉၀/၁၀ လျှို့ဝှက်ချက်ကို ဘယ်လိုသုံးကြမလဲဆိုရင် -

တစ်ယောက်ယောက်က သင့်အကြောင်း မကောင်းပြောရင် ရေမြှုပ်လို မစုပ်ယူပါနဲ့။ မှန်ပြင်ပေါ်က ရေစက်လို လွင့်စဉ်သွားပါစေ။ အဲဒီစကားတွေ သင့်အပေါ် လာမထိခိုက်စေနဲ့။ သင့်တော်သလို တုံ့ပြန်ရင် သင် တစ်နေ့လုံး ဘာမှဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး။ မှားယွင်းတဲ့ တုံ့ပြန်မှုက သူငယ်ချင်းတစ်ယောက် ဆုံးရှုံးသွားတာ၊ အလုပ်ပြုတ်သွားတာ၊ စိတ်ညစ်ရတာစတဲ့ ဆိုးကျိုးတွေ ဖြစ်နိုင်တယ်။

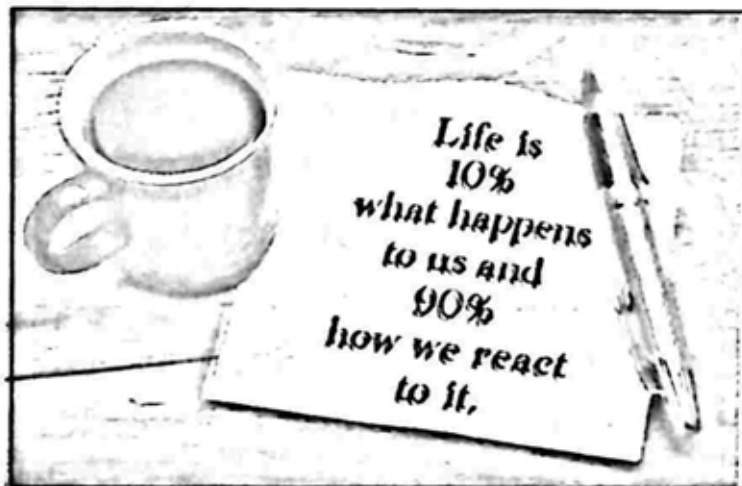
လမ်းပေါ်မှာ တစ်ယောက်ယောက်က သင့်ရှေ့ဖြတ်မောင်းရင် ဘယ်လိုနေမလဲ။ ဒေါသထွက်မလား။ စတီယာရင်ကို တဒုန်းဒုန်းထုမလား။ ဆဲဆိုမလား။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် သွေးတိုးအောင်လုပ်မလား။ သူ့ကားကို သွားဝင်တိုက်ဖို့ စဉ်းစားမလား။ အလုပ်ကို ၁၀ စက္ကန့် နောက်ကျရင် ဘာဖြစ်သွားမှာမို့လဲ။ ကားပြာလေးကြောင့် သင့်ခရီးကို ပျက်အောင် လုပ်မှာလား။

၉၀/၁၀ နိယာမကို သတိရပါ။ ဂရုမစိုက်ပါနဲ့။ အလုပ်ထုတ်ခံရပြီလို့ ပြောခံရရင် အိပ်လိုမရဖြစ်နေဖို့၊ စိတ်ဆိုးနေဖို့ မလိုပါဘူး။ အဆင်ပြေသွားမှာပါ။ အလုပ်သစ်ရှာဖို့အတွက် သင့်အချိန်နဲ့ စွမ်းအားတွေကို သုံးလိုက်ပါ။ လေယာဉ်နောက်ကျလို့ သင့်တစ်နေ့တာ အစီအစဉ်တွေ ရှုပ်ကုန်မယ်ဆိုတာအတွက် လေယာဉ်မယ်အပေါ် ဒေါသတွေပုံချပစ်ဖို့ လိုသလား။ သူ့မှာ ဒါတွေကို ထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့ အာဏာမရှိပါဘူး။ သင့်အချိန်တွေကို စာဖတ်ဖို့၊ တခြားခရီးသည်တွေနဲ့ စကားပြောဖို့ သုံးလိုက်ပါ။ ဘာလို့ စိတ်ညစ်နေမှာလဲ။ ပိုပြီးတောင် ဆိုးသွားစေမှာပဲ။ အခုဆိုရင် သင် ၉၀/၁၀ လျှို့ဝှက်ချက်ကို သိပြီ။ စမ်းသုံးကြည့်ပါ။ အံ့ဩစရာ ရလဒ်တွေကို တွေ့ရမှာပါ။

### The 90/10 Principle

Consider a situation: You're eating breakfast with your family. Your daughter accidentally knocks over a cup of coffee onto your business shirt. You curse and harshly scold your daughter for the mishap. She breaks down in tears.

After scolding her, you turn to your wife and criticize her for placing the cup too close to the edge of the table. A short verbal argument follows. You storm upstairs and change your shirt. Back



downstairs, you find your daughter has been too busy crying to finish breakfast and get ready for school. She misses the bus. Your wife must leave immediately for work. You rush to the car and drive your daughter to school. Because you are late, you drive 80 km an hour in a 60 km/h speed limit zone. After a 15-minute delay and paying a \$60 traffic fine, you arrive at school. Your daughter runs to the building without saying goodbye.

After arriving at the office 30 minutes late, you find you forgot your briefcase. Your day has started terribly, and as it continues, it seems to get worse and worse. You look forward to going home. When you arrive home, you find a small wedge in your relationship with your wife and daughter. Why? Because of how you reacted in the morning.

Why did you have a bad day?

- A) Did the coffee cause it?
- B) Did your daughter cause it?
- C) Did the traffic policeman cause it?
- D) Did you cause it?

The answer is D.

You had no control over what happened with the coffee. How you reacted in those 5 seconds is what caused your bad day. Here is

what could have and should have happened:

Coffee splashes over you. Your daughter is about to cry. You gently say, "It's OK honey, you just need to be more careful next time." Grabbing a towel, you rush upstairs, change your shirt, and grab your briefcase. You come back down in time to look through the window and see your child getting on the bus. She turns and waves. You and your wife kiss before you both go to work. You arrive 5 minutes early and cheerfully greet the staff. Your boss comments on how good a day you are having.

Notice the difference. Two different scenarios. Both started the same but ended differently. Why? Because of how you REACTED. You really do not have any control over 10% of what happens. The other 90% is determined by your reaction.

Here are some ways to apply the 90/10 secret:

If someone says something negative about you, do not be a sponge. Let the attack roll off like water on glass. You don't have to let the negative comment affect you! React properly, and it will not ruin your day. A wrong reaction could result in losing a friend, being fired, getting stressed out, etc.

How do you react if someone cuts you off in traffic? Do you lose your temper? Pound the steering wheel? Curse? Does your blood pressure skyrocket? Do you try and bump them? WHO CARES if you arrive ten seconds later at work? Why let the blue car ruin your drive?

Remember the 90/10 principle, and do not worry about it! If you are told you lost your job, why lose sleep or get irritated? It will work out. Channel your energy and time into finding another job. If the plane is late, and it is going to mangle your schedule for the day, why

vent your frustration on the flight attendant? She has no control over what is going on. Use your time to read, get to know the other passengers, etc. Why get stressed out? It will just make things worse. Now you know the 90/10 secret. Apply it, and you will be amazed at the results.

English text - ccto



### ပြောပြလို့ရလား

လူငယ်လေးတစ်ယောက်က တံငါသည်အဖေကို မေးတယ်။ “ဖေဖေ သားရဲ့ ရည်မှန်းချက်တွေ၊ စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေကို လူတွေကို ပြောပြလို့ရလား”

တံငါသည်ဟာ ခဏ နှုတ်ဆိတ်သွားပြီး “ဘာလို့ သိချင်တာလဲ” လို့မေးတယ်။ လူငယ်က ပြန်ပြောတယ်။

“ဒီလိုပါ ဖေဖေ၊ သားမှာ စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေ အများကြီးရှိတယ်။ အကြီးကြီးတွေပါ။ သားက ဘဝရဲ့ နယ်ပယ်အားလုံး၊ သားရဲ့မျိုးဆက်နဲ့ ဘဝရဲ့ကဏ္ဍပေါင်းစုံမှာ ပေါက်မြောက်ချင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ သားရဲ့အိပ်မက်တွေအကြောင်း လူတွေကို ပြောသင့်လား၊ မပြောသင့်ဘူးလား မသိဘူး”

တံငါသည်က ပြုံးပြီးပြောတယ် “ကဲ ဒါဆို... မြစ်ထဲမှာ ငါးသွားဖမ်းရအောင်၊ ပြီးတော့ ဆက်ပြောကြတာပေါ့”

တံငါသည်နဲ့ သူ့သားဟာ ငါးဖမ်းကိရိယာကို ယူပြီး ငါးဖမ်းသွားကြတယ်။ ငါးစာကို ငါးမျှားချိတ်မှာချိတ်ပြီး ငါးမျှားတံကို မြစ်ထဲပစ်လိုက်တယ်။

နာရီအနည်းငယ်ကြာတော့ သူတို့ငါးတွေအများကြီးဖမ်းမိပြီး သူတို့ရဲ့ ခြင်းတောင်းက ပြည့်လုနီးပါးဖြစ်နေပြီ။ အဲဒီနောက် တံငါသည်ဟာ ရပ်လိုက်ပြီး တောင်းကို ညွှန်ပြကာ သားဖြစ်သူကို ပြောတယ်။

“ခြင်းတောင်းထဲက ငါးတွေကို ကြည့်စမ်း။ ငါးမျှားချိတ်နဲ့ မိသွားတော့ သူတို့ရဲ့ ကံကြမ္မာဟာ မြစ်ထဲက ငါးတွေနဲ့ မတူတော့ဘူး။ ဒီငါးတွေဟာ သူတို့ဘဝရဲ့ အရာအားလုံးကို ဆုံးရှုံးခဲ့ရပြီ။ သူတို့ရဲ့ မိသားစုတွေ၊ သူငယ်ချင်းတွေ၊ အိမ်တွေ။ ဝမ်းနည်းစရာကောင်းတာက သူတို့ဟာ ဒုက္ခရောက်ပြီး ရက်ရက်စက်စက် အသတ်ခံရကြတော့မယ်။ သူတို့ ဘာဖြစ်လို့ ဒီလိုဒုက္ခရောက်ကြရတာလဲ သား သိလား။”

ကောင်လေးက တစ်မိနစ်လောက် တွေးပြီး ခေါင်းယမ်းပြီး ပြောတယ် “မသိဘူး ဖေဖေ၊ ပြောပြပါ။”

တံငါသည်က အသက်ပြင်းပြင်းရှုလိုက်ပြီး ပြောတယ်။

“အင်း၊ သူတို့ ပါးစပ်မပိတ်နိုင်လို့ပဲ။ ပါးစပ်ပိတ်ထားတဲ့ငါးဟာ ဘယ်တော့မှ ငါးမျှားချိတ်စာ မမိဘူးလို့ ပြောကြတယ်မဟုတ်လား၊ ဘယ်တော့မှ သားကောင် မဖြစ်ဘူး။”

တံငါသည်က သားဖြစ်သူရဲ့ပခုံးကို ပုတ်ကာ ပြုံးပြီး ဆက်ပြောတယ်။

“သားလေး၊ ဒါက လက်တွေ့ဘဝမှာ ဖြစ်ပျက်နေတာပဲ။ လူတော်တော်များများဟာ ဘဝမှာ ရှိသမျှအရာအားလုံးကို ဆုံးရှုံးကြရတာဟာ အာချောင်ပြီး သူတို့ရဲ့အိမ်မက်တွေ၊ အစီအစဉ်တွေအကြောင်းကို တခြားသူတွေကို ပြောပြလို့ပဲ။ ဘာကြောင့် ကိုယ်လုပ်မယ့်ကိစ္စတွေအကြောင်းကို နှုတ်လုံသင့်သလဲဆိုတော့ လူအများစုက သားအောင်မြင်မှာကို မမြင်ချင်ကြဘူး။ ကိုယ့် စိတ်ကူးအိပ်မက်တွေကို အကောင်အထည်ပေါ်ခါနီးအထိ လူသိမခံသင့်ဘူး။ လူတွေက မင်း အောင်မြင်မှုမရနိုင်အောင် လုပ်လို့ရသလောက် လုပ်ကြမှာပဲ။ နှုတ်ပိတ်နေရင် ဘယ်တော့မှ ဒုက္ခမရောက်ဘူး။ ကိုယ်လုပ်မယ့် အလုပ်ကြီးအကိုင်ကြီးတွေကို လျှို့ဝှက်ထားပါ။ လျှို့ဝှက်စွာ လုပ်ရှားပါ။ လက်တွေ့လုပ်ပြီး ရလဒ်များနဲ့သာ လူတွေကို အံ့ဩသွားအောင်လုပ်ပါ။”

A young boy asked his fisherman father, "**Papa, is it okay to tell people about my goals and dreams in life?**

The fisherman was silent for a moment, then asked, "Why do you want to know that?"

The young boy answered, "Well, papa, I have many big dreams, really big! I want to make a big impact on all areas of life, my generation

and all aspects of life. However, I don't know if I should or shouldn't tell people about these dreams I have."

The fisherman smiled, then said, "You know what... let's go catch some fish in the river. And then, we will continue this conversation, okay?"

The fisherman and his son took their fishing equipment and went fishing. At the river, they put a piece of bait on the hook and cast the fishing rod into the river.

A few hours later, they had already caught a lot of fish and their basket was almost filled. The fisherman then stopped, pointed at the basket, and said to his son,

"Take a look at all these fish in the basket. They've been caught by the hook, and their fate is now different from that of those in the river. These fish have lost everything in their lives; their families, friends and home. Sadly, they will have to suffer and be killed in a gruesome way. Do you know why they have to go through such misfortune?"

The boy thought for a minute, then shook his head and said, "I don't know, papa. Tell me."

The fisherman took a deep breath, and then said,

"Well, it is because they couldn't close their mouths. It is stated that a fish with a closed mouth never gets caught by the hook. It never falls a victim."

Saying that, the fisherman patted his son's shoulder, smiled and then continued, "Son, this is what happens in real life. Many people have failed and lost everything they ever acquired in life because they opened their mouths too wide and told other people about their dreams and plans. A good reason to keep your mouth shut about upcoming projects is that most people do not want to see you succeed. You

should never announce your dreams until they are close to completion. Many people will do everything in their power just to ensure you don't succeed. A closed mouth never gets into trouble. Keep your big move a secret. Move in silence. Take action, and shock people with your results."

English text : life lessons



### ဖွင့်ပြောပါ

သင့်ချစ်သူက သင်မျှော်လင့်သလို မလုပ်လို့ စိတ်မတိုခင်၊ ခဏရပ်ပြီး သင့်ကိုယ်သင် ဒီလိုမေးကြည့်ပါ - “ငါက ဒီလိုမျှော်လင့်တယ်ဆိုတာ တကယ်တမ်း သူ့ကို ပြောပြဖူးလား” မပြောပြဖူးရင် သူက သင့်စိတ်ထဲမှာရှိတာကို အလိုလိုသိမယ်လို့ မျှော်လင့်တာ မတရားပါဘူး။

“ချစ်ရယ်... နောက်ကို ဒီလိုလေး လုပ်ပေးလို့ရမလား” လို့ ရိုးရိုးလေး ပြောဆိုလိုက်ရုံနဲ့ အငြင်းပွားမှုတွေ အများကြီးကို ရှောင်နိုင်ပါတယ်။ သင့်ကို ဘယ်လို ချစ်ခင်နှစ်သက်ပုံ၊ ဘယ်လိုပုံပိုးကူညီပုံ၊ ဘယ်လိုဆက်ဆံပြောဆိုပုံမျိုး လိုချင်တယ်ဆိုတာ ပွင့်လင်းစွာဖွင့်ပြောပြမှသာရမှာပါ။ ကျွန်တော့်အမြင်မှာတော့ သင့်အတွက် တကယ့်ဘဝတူ (Soul mate) ဆိုတာ သင်မပြောပြဘဲ သင့်လိုအပ်ချက်တွေကို အချိန်တိုင်းမှာ သိနေတဲ့သူ မဟုတ်ပါဘူး။

သင့်ဘဝတူဆိုတာ သင့်လိုအပ်ချက်တွေကို နားထောင်ပြီး “ငါအသည်းစွဲချစ်နေတဲ့သူအတွက် ဒီလောက်လေး လုပ်ပေးရတာ ရပါတယ်” လို့ သဘောထားတဲ့သူ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကိုယ့်စိတ်သဘောထားကို ပြန်သုံးသပ်ပြီး လိုအပ်တာကို ပြောပြလိုက်ပါ။ ပိတ်ထားတဲ့ပါးစပ် မစားရပါဘူး။

mg y o e . c o m

"Before you get mad at your partner for not doing what you expect them to do, stop and ask yourself, 'Have I ever communicated to them that I have this expectation?' If you have not, it's unfair to expect them to read your mind.

So many arguments are saved by just opening your mouth and saying 'Hey honey, in the future can you .... ? Whether it's articulating how you like to be loved, supported, or communicated, you have to open your mouth. Your soul mate (IMO) isn't the person that just always knows what you need when you need it without you telling them.

Your soul mate is the person who hears your needs and thinks, 'I have no problem doing that because I love this person with my whole heart.'

So check your attitude and open your mouth. Closed mouths don't get fed."

English text - Remember



အေးအတူ ပူအမျှ

လူတစ်ယောက်ကို အရာရာအဆင်ပြေနေချိန်မှာ ချစ်ဖို့က လွယ်ကူပါတယ်။ ဘဝက ပြည့်စုံနေပြီး သင့်ရဲ့လူကလည်း အပြစ်အနာအဆာကင်းစင်နေသလို ခံစားရတဲ့ အချိန်မျိုးပေါ့။ ဒါပေမဲ့ အချစ်ရဲ့စစ်မှန်တဲ့ နက်ရှိုင်းမှုက အခက်အခဲတွေကြုံလာချိန်မှာ ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာတတ်ပါတယ်။ သူတို့ အမှားလုပ်မိတဲ့အခါ၊ အခက်အခဲတွေနဲ့ ရုန်းကန်နေရချိန်၊ ဘဝက ရှုပ်ထွေးနေတဲ့အချိန်တွေမှာ ချစ်နိုင်ခြင်းက အချစ်ရဲ့စစ်မှန်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ပြနေတာပါပဲ။

အမြဲတမ်း မှန်တာတွေပဲ ပြောတတ်တဲ့သူ၊ အကောင်းဆုံးအရာတွေပဲ လုပ်တတ်တဲ့သူ၊ စံချိန်စံညွှန်းတိုင်း ပြည့်မီနေတဲ့သူကို ဘယ်သူမဆို ချစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ ကျိုးပဲ့နေချိန်၊ လမ်းပျောက်နေချိန်၊ အရာရာကို လက်လျှော့ချင်နေတဲ့ အချိန်တွေမှာ ချစ်နိုင်တာက တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ထူးခြားပါတယ်။ ပို၍ နက်နဲပြီး အဓိပ္ပာယ် ရှိတဲ့ အချစ်မျိုးဖြစ်ပါတယ်။


သူတို့ အနိမ့်ကျဆုံးအချိန်မှာ ဘေးမှာနေပေးခြင်း၊ သူတို့မှာ ခွန်အားမရှိတော့ တဲ့အခါ အားပေးထောက်ပံ့ခြင်း၊ ဘဝခရီးကို တစ်ယောက်တည်း လျှောက်လှမ်းစရာ မလိုကြောင်း သိစေခြင်းတွေပါ။ သူတို့ရဲ့ အားနည်းချက်တွေ၊ မပြည့်စုံမှုတွေနဲ့အတူ ချစ်ခင်လက်ခံခြင်း၊ အမှားများကို ခွင့်လွှတ်ပေးခြင်း၊ သူတို့ကိုအရှိအတိုင်း လက်ခံပေး

mg y o e . com

**THROUGH THICK AND THIN**

**Meaning:**  
Through good and bad times

**Example:**  
She has stuck with me **through thick and thin.**



**RAPID ENGLISH**

ခြင်း - ဒီလိုအချစ်မျိုးက လွယ်ကူတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အလှပဆုံး အချစ်ပါပဲ။

ကိုယ့်ရဲ့ အကောင်းဆုံးအချိန်တွေရော၊ အဆိုးဆုံးအချိန်တွေမှာပါ ချစ်ပေးတဲ့ အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ ကိုယ့်ကို အရှိအတိုင်းလက်ခံမြင်ပေးပြီး အမှားများကို ခွင့်လွှတ်ပေးကာ ကိုယ့်ကို အကောင်းဆုံးဘဝဆီ ရောက်အောင် ကူညီပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ တကယ့်အဓိပ္ပာယ်ရှိတဲ့ အချစ်ပါပဲ။ သင့်ကို ပြောင်းလဲ စေပြီး ပြည့်စုံမှုကို ခံစားရစေတဲ့ အချစ်မျိုးပေါ့။

It's easy to love someone when everything is going great-when life feels perfect, and the person you're with seems flawless. But the real depth of love shows when things get hard. Loving someone when they make mistakes, when they're struggling, when life feels messy- that's when you see what love truly means.

Anyone can love someone who's always saying the right things, making all the right moves, and checking all the boxes. But loving someone when they're broken, when they're lost, or when they feel like giving up? That's a different kind of love-a deeper and more meaningful love.

It's about standing by them at their lowest, offering strength when they have none, and showing them that they don't have to face life alone. Loving someone through their flaws and imperfections, forgiving their mistakes, and accepting them as they are-this kind of love isn't easy, but it's the most beautiful.

Thank you for loving me in my good moments and my bad ones. Thank you for seeing me for who I truly am, forgiving my mistakes, and helping me grow into the best version of myself. That's the kind of love that matters-the kind that transforms you and makes you feel whole.

English text - Tanvir Sourov



### ကိုယ် မပျက်စေနဲ့

“သူတို့ သတိပညာမဲ့ကြသော်ငြား ကိုယ့် သတိဉာဏ်ကို ထိန်းသိမ်းထား။  
 သူတို့ ကိုယ်ကျင့်တရားကို စွန့်ကြသော်ငြား ကိုယ့်သီလကို မြဲမြံထား။  
 အများ မိုးခါးရေသောက်လို့ဆိုတဲ့ ဆင်ခြေနဲ့ မိမိအဆင့်ကို မနိမ့်ကျစေနဲ့။  
 ခံတပ်ပမာ ကြံကြံခံထား။”

"When they lose their good sense, keep yours.  
 When they abandon their morality, keep yours.  
 Madness in the crowd is not an excuse for personal degeneration.  
 Be a fortress."

English text - Thoughts of Me



### ကိုယ်တိုင်ပဲ သိနိုင်မှာ

လူတွေက ပြောကြတယ်... “ဖြစ်သင့်တာဆို ဖြစ်လာမှာပါ” တဲ့။ ဒါပေမဲ့ တစ်ယောက်က ပြောတာက “တစ်ခါတလေမှာ ဖြစ်လာအောင် ကိုယ်တိုင် လုပ်ယူရ တယ်” တဲ့။

လူတွေက ပြောကြတယ်... “ဒေါသစိတ်နဲ့ အိပ်ရာမဝင်ပါနဲ့” တဲ့။ ဒါပေမဲ့ တစ်ယောက်က ပြောတာက “တစ်ခါတလေမှာ ဒီဒေါသဟာ နောက်နေ့အိပ်ရာက ထရင် ပြေသွားတတ်တယ်” တဲ့။

လူတွေက ပြောကြတယ်... “အမြဲကိုယ့်ပုံစံအတိုင်းပဲ နေသင့်တယ်” တဲ့။ ဒါပေမဲ့ တစ်ယောက်က ပြောတာက “တစ်ခါတလေမှာ ဆက်ဆံရေး အဆင်ပြေဖို့ ကိုယ့်ဘက်က ညှိနှိုင်းရတာတွေ ရှိတယ်” တဲ့။

လူတွေက ပြောကြတယ်... “တကယ်ချစ်ရင် ဘယ်တော့မှ စိတ်နာအောင် မလုပ်ဘူး” တဲ့။ ဒါပေမဲ့ တစ်ယောက်က ပြောတာက “အချစ်ဆိုတာ ပြည့်စုံတာ မဟုတ်ပါဘူး... ရှုပ်ထွေးတာ သဘာဝပဲ” တဲ့။

အဆုံးမှာတော့... တခြားသူတွေရဲ့ အကြံပေးချက်တွေကို နားထောင်ဖို့ထက် ကိုယ့်အတွက် ဘာက မှန်တယ်လို့ ခံစားရလဲဆိုတာကို ယုံကြည်ဖို့က ပိုအရေးကြီး ပါတယ်။ လူတိုင်းမှာ ပြောစရာတွေ ရှိကြမှာပါ။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ့်နှလုံးသားက ဘာလိုအပ်

နေလဲ၊ ကိုယ့်စိတ်က ဘာကို ယုံကြည်နေလဲ၊ ကိုယ့်စိတ်ဝိညာဉ်က ဘာကို တမ်းတနေလဲ ဆိုတာ ကိုယ်တိုင်ပဲ သိနိုင်မှာပါ။

They say, "If it's meant to be, it'll happen."

But someone says, "Sometimes, you have to make it happen."

They say, "Never go to bed angry."

But someone says. "Sometimes, it's okay to sleep on it."

They say. "You should always be yourself."

But someone says. "Sometimes, you have to adjust to make a relationship work."

They say, "If they really loved you, they'd never hurt you."

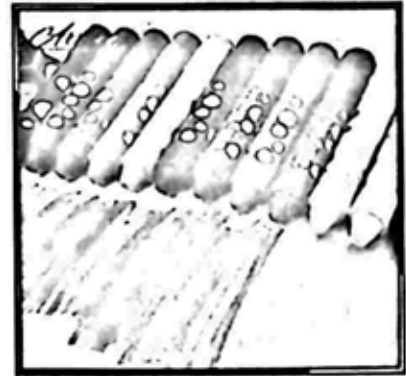
But someone says, "Love isn't perfect, it's messy and real."

In the end, it's not about listening to everyone else's advice. It's about trusting what feels right for you. People will always have something to say, but only you know what your heart needs, what your mind believes, and what your soul craves.

English text - Bella's Journal



ရောင်စုံခဲတံများ



“ကျွန်တော်တို့ဟာ ရောင်စုံခဲတံတွေလိုပါပဲ။ ကျွန်တော်က သင့်ရဲ့အကြိုက်ဆုံး အရောင် မဖြစ်နိုင်သလို၊

သင်လည်း တခြားသူတွေရဲ့ အရောင်အသွေးတွေကို သဘောကျချင်မှ ကျမှာပါ။

ဒါပေမဲ့ တစ်နေ့မှာတော့ အနုပညာလက်ရာတစ်ခုကို ပြီးပြည့်စုံအောင် ဖန်တီးဖို့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် အပြန်အလှန် လိုအပ်နေကြတယ်ဆိုတာ သိလာရမှာပါ။

မတူကွဲပြားတဲ့အရာတွေ ရောနှောလိုက်တဲ့အခါမှာ အလှဆုံးပုံရိပ်တွေ ပေါ်ထွက်လာတတ်လို့ပါ။

အတူတကွပူးပေါင်းလိုက်တဲ့အခါမှာ တစ်ရောင်တည်းနဲ့ ဘယ်တော့မှ မပြောပြ နိုင်မဲ့ ပိုမိုကြီးမားလှပတဲ့ ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ကို ဖန်တီးနိုင်ကြမှာမို့ပါ။”

"We are like crayons.  
I may not be your favorite color,  
And you may not favor the hues of others.  
But one day, we'll find that we need each other to complete the masterpiece.  
For it's in the blending of differences that the most beautiful pictures are painted.  
And together, we create a story far greater than any single color could tell."

English text - rumianddivinelove



မြင့်မြင့်ပျံပါ

လေဆိပ်မှာ ရှိနေတုန်း တက္ကစီဆရာတစ်ယောက် ကျွန်မနား ရောက်လာ  
ပါတယ်။

တက္ကစီထဲမှာ ကျွန်မ ပထမဆုံး သတိထားမိတာက စာတစ်ကြောင်းပါ။  
အဲ့ဒါက -

- ဘဲလား၊ လင်းယုန်လား။

သင်ပဲ ရွေးချယ်ပါ။

ဒုတိယ သတိထားမိတာက သန့်ရှင်းပြီး တောက်ပနေတဲ့ တက္ကစီကားပါ။  
ယာဉ်မောင်းကလည်း အဝတ်အစား သပ်သပ်ရပ်ရပ်နဲ့ အဖြူရောင်အင်္ကျီ၊ မီးပူထိုးထား  
တဲ့ဘောင်းဘီနဲ့ နက်ကတိုင်တပ်ထားပါတယ်။

တက္ကစီဆရာက ကားပေါ်က ဆင်းလာပြီး ကျွန်မအတွက် တံခါးဖွင့်ပေးရင်း  
ပြောပါတယ်။

“ကျွန်တော်က ဂျွန်ပါ။ သင့်ရဲ့ယာဉ်မောင်းပါ။

ကျွန်တော် သင့်အိတ်တွေ သိမ်းနေတုန်း ဒီကတ်ပေါ်က ကျွန်တော့်ရဲ့တာဝန်ကို  
ဖတ်ကြည့်ပေးပါ”

ကတ်ပေါ်မှာ ရေးထားတာက -

ဂျွန်ရဲ့တာဝန်

ကျွန်တော့်ဧည့်သည်များကို ခရီးပန်းတိုင်အထိ မြန်ဆန်၊ လုံခြုံ၊ စရိတ် စက သက်သာစွာနဲ့ ချစ်ကြည်ရင်းနှီးတဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုဖန်တီးပြီး ပို့ဆောင်ပေးမည်။

ကျွန်မ အံ့အားသင့်သွားပါတယ်။

တက္ကစီကားထဲကလည်း အတွင်းပိုင်း သန့်သန့်ရှင်းရှင်းပါပဲ။

ဂျွန်က မေးပါတယ်။

“ကော်ဖီ သောက်ချင်ပါသလား”

သူ့ကို နောက်ပြောင်ရင်း ကျွန်မက ပြောလိုက်ပါတယ်။

“ဟင့်အင်း။ သစ်သီးဖျော်ရည်ပဲ သောက်ချင်တယ်”

သူက ချက်ချင်းပဲ ပြန်ဖြေပါတယ်။

“ပြဿနာ မရှိပါဘူး။ ကျွန်တော့်မှာ ပုံမှန် juice နဲ့ သကြားမပါတဲ့ juice၊ သောက်ရေတို့ ဓာတ်ဘူးထဲမှာရှိတယ်” ပြီးတော့ သူက ထပ်ပြောပါတယ်။

“စာဖတ်ချင်ရင်လည်း ဒီနေ့သတင်းစာနဲ့ မဂ္ဂဇင်းတွေ ရှိတယ်”

ခရီးစတင်တော့ ဂျွန်က ပြောပါတယ်။

“ဒါတွေက ကျွန်တော့်မှာရှိတဲ့ ရေဒီယိုလှိုင်းတွေ။ သူတို့လွှင့်တဲ့ သီချင်းတွေပါ”

အဲဒါတင် မကသေးပါဘူး။ ဂျွန်က လေအေးပေးစက်ရဲ့ အပူချိန် အဆင်ပြေလားဆိုတာတောင် မေးပါသေးတယ်။

ပြီးတော့ ကျွန်မသွားမယ့်နေရာအတွက် အကောင်းဆုံးလမ်းကြောင်းကို ပြောပြပြီး သူ့ကို စကားပြောချင်သလား၊ ဒါမှမဟုတ် မနှောင့်ယှက်စေချင်ဘူးလား မေးပါတယ်။

ကျွန်မက မေးလိုက်ပါတယ်။

“ဧည့်သည်တိုင်းကို ဒီလိုပဲ ဝန်ဆောင်မှုပေးပါသလား”

“မဟုတ်ပါဘူး” သူက ပြန်ဖြေတယ်။

“အမြဲတမ်းတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ နှစ်နှစ်လောက်ပဲ ရှိပါသေးတယ်။

ပထမနှစ်တွေတုန်းက တက္ကစီမောင်းတဲ့အချိန်မှာ တခြားတက္ကစီဆရာတွေလိုပဲ တစ်ချိန်လုံး ညည်းညူနေခဲ့တယ်။

တစ်နေ့မှာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်တစ်ယောက်ရဲ့

စကားကို နားထောင်မိပါတယ်။

သူက စာအုပ်တစ်အုပ် ရေးထားပါတယ်။ ခေါင်းစဉ်က - သင့်ဖြစ်တည်မှု ကသာ ပြောင်းလဲနိုင်စေတာ။

သူက ဒီလိုပြောပါတယ်။

မနက်မိုးလင်းတာနဲ့ တစ်နေ့လုံး ဆိုးဆိုးရွားရွား ဖြစ်တော့မယ်လို့ မျှော်လင့် နေရင် သေချာပေါက် အဲဒီလိုဖြစ်မှာပါပဲ။

ဘဲလို့ မနေနဲ့။

လင်းယုန်လို နေပါ။

ဘဲဆိုတာ အသံပဲထွက်ပြီး ညည်းညူတတ်တယ်။ လင်းယုန်ကတော့ အားလုံး အထက်မှာ ပျံသန်းနေတယ်။

ကျွန်တော်က အမြဲတမ်း အသံထွက်ပြီး ညည်းညူနေခဲ့တယ်။

ဒါနဲ့ ကျွန်တော့်သဘောထားတွေ ပြောင်းလဲဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီး လင်းယုန် တစ်ကောင် ဖြစ်လာခဲ့တယ်။

တခြားတက္ကစီကားတွေနဲ့ ဒရိုင်ဘာတွေကို ကြည့်မိတော့ ညစ်ပတ်နေတဲ့ ကားတွေ၊ မေတ္တာကင်းမဲ့တဲ့ယာဉ်မောင်းတွေနဲ့ စိတ်ကျေနပ်မှုမရှိတဲ့ဧည့်သည်တွေ။

အပြောင်းအလဲတွေ လုပ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တယ်။

ကျွန်တော့်ဧည့်သည်တွေက ကောင်းကောင်းတုံ့ပြန်လာတော့ နောက်ထပ် ပြောင်းလဲမှုအချို့ ထပ်လုပ်ခဲ့ပါတယ်။

လင်းယုန်တစ်ကောင်အဖြစ် ပထမဆုံးနှစ်မှာပဲ ဝင်ငွေနှစ်ဆ တိုးလာခဲ့တယ်။

ဒီနှစ်မှာတော့ လေးဆတောင် တိုးလာပြီ။

ဒီနေ့ ကျွန်တော့်ကားကို စီးမိတာ ကံကောင်းတာပါပဲ။ ကျွန်တော်က တက္ကစီ ကားဂိတ်မှာ မရပ်တော့ပါဘူး။

ကျွန်တော့်ဧည့်သည်တွေက ဖုန်းခေါ်ပြီး မှာကြတယ်။ ဒါမှမဟုတ် မက်ဆေ့ချ် ပို့ကြတယ်။

ကျွန်တော် မလာနိုင်ရင် ယုံကြည်ရတဲ့ 'လင်းယုန်' တက္ကစီမိတ်ဆွေတစ်ယောက် ကို လွှဲပေးလိုက်တယ်။

ဂျွန်က ထူးခြားပါတယ်။

သူက သာမန်တက္ကစီတစ်စီးထဲမှာ ဇိမ်ခံကားဝန်ဆောင်မှု ပေးနေတာပါ။

mgya.com

တက္ကစီဆရာဂျွန်က ဘဲတွေလို အသံထွက်ပြီး ညည်းညူနေမယ့်အစား  
လင်းယုန်လို အများအထက်မှာ ပျံသန်းဖို့ ဆုံးဖြတ်ခဲ့တယ်။

သင်က ရုံးမှာပဲ အလုပ်လုပ်လုပ်၊ ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရေးလုပ်လုပ်၊ ဆရာ၊ ဆရာမ  
တစ်ယောက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အစိုးရဝန်ထမ်း၊ နိုင်ငံရေးသမား၊ စီမံခန့်ခွဲသူ၊ ဝန်ထမ်း၊ ကိုယ်ပိုင်  
အလုပ်၊ ဒါမှမဟုတ် တက္ကစီဆရာပဲဖြစ်ဖြစ် အရေးမကြီးပါဘူး။

သင် ဘယ်လိုနေထိုင်နေလဲ။

အသံထွက်ပြီး ညည်းညူနေသူလား။ ဒါမှမဟုတ် တခြားသူတွေအထက်မှာ  
မိမိကိုယ်ကို မြှင့်တင်နေသူလား။

မှတ်ထားပါ - ဆုံးဖြတ်ချက်က သင့်လက်ထဲမှာပါ။

အဲဒီသော့က အထဲကနေပဲ ဖွင့်လို့ရပါတယ်။

ပြောင်းလဲဖို့ အချိန်ကလည်း နည်းသည်ထက်နည်းလာနေပါပြီ။

၂၀၂၅ မှာ သဘောထားအသစ်တွေ မပြောင်းရင် ဘာမျှ အပြောင်းအလဲရှိမှာ  
မဟုတ်ပါဘူး။

ပိုကောင်းတဲ့ ဖခင်တွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ ခင်ပွန်းတွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ ဇနီးတွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ မိခင်တွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ သားသမီးတွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ မိတ်ဆွေတွေ၊

ပိုကောင်းတဲ့ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေ ဖြစ်ကြပါစေ။

အတိတ်က အမှားတွေကို ထပ်မံ မကျူးလွန်ကြရအောင်လား။

၂၀၂၅ မှာ လင်းယုန်တွေ ဖြစ်ကြပါစို့။

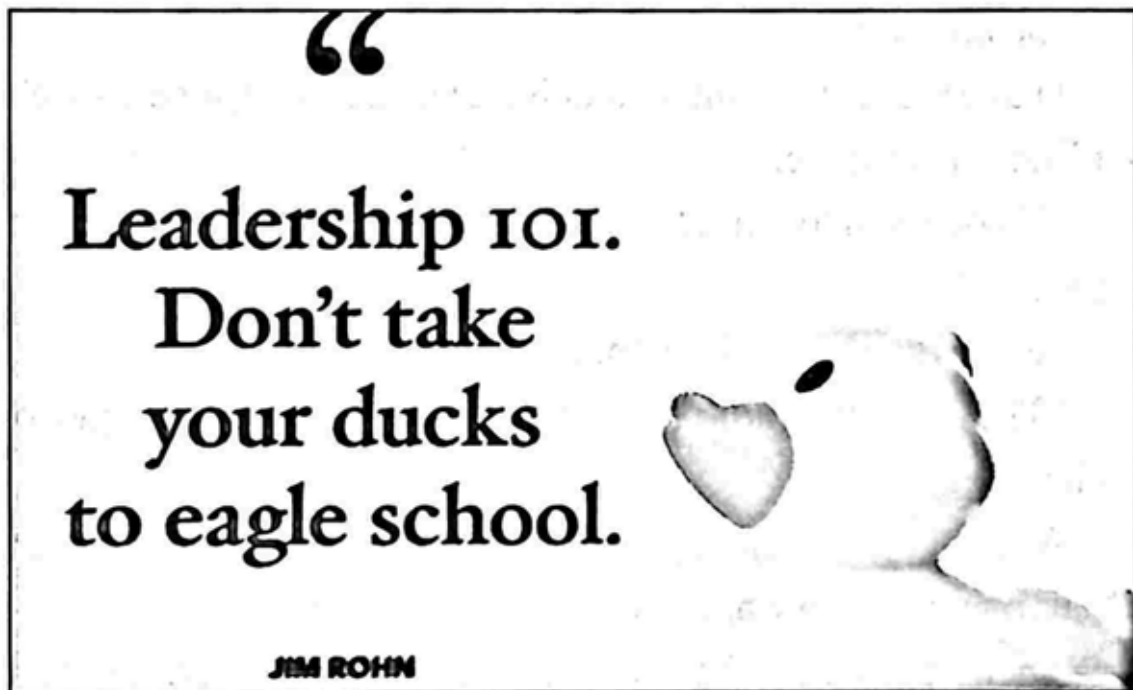
I was at the airport when a taxi driver approached me.

The first thing I noticed in the cab was a phrase, I soon read:

- Duck or Eagle?

You decide.

The second thing I noticed was a clean, shiny cab, the driver



well dressed, white shirt and well pressed pants, with a tie.

The taxi driver got out, opened the door for me and said:

"I am John, your chauffeur.

While I'm putting your luggage away, I'd like you to read on this card what my mission is."

On the card was written:

John's Mission

- To get my clients to their destination quickly, safely and economically, while providing a friendly environment.

I was impressed.

The interior of the cab was equally clean.

John asked me:

"Would you like some coffee?"

Joking with him I said:

"No, I'd rather have a juice.

He immediately replied: