

**ဇာတိကာ**  
**Table of Contents**

The Personal, Political and Professional Life of Daw Aung San Suu Kyi  
ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်အကြောင်း တစ်စုတစ်စည်း

**Democracy and Non-Violence**  
ဒီမိုကရေစီနှင့် အကြမ်းမဖက်ရေး

1. Democracy and Education  
ဒီမိုကရေစီနှင့် ပညာရေး 4
2. Democracy and Authoritarianism  
ဒီမိုကရေစီနှင့် အာဏာရှင်စနစ် 6
3. The Rule of Law  
တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး 8
4. Achieving Freedom in China  
တရုတ်ပြည်တွင်း လွတ်လပ်ခွင့်ရယူခြင်း 10
5. Fighting for Democracy Globally  
ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်း ဒီမိုကရေစီတိုက်ပွဲဝင် 12
6. Helping Burma Achieve Democracy  
မြန်မာ့ဒီမိုကရေစီအရေး ဝန်းရံပေး 14
7. Rejecting Violence as a Means to an End  
အကြမ်းဖက်မှုကို ပန်းတိုင်ရောက်နည်းအဖြစ် လက်မခံခြင်း 16
8. The Non-Violent Approach  
အကြမ်းမဖက်နည်း 18

**Beliefs and Values**  
ယုံကြည်ချက်များနှင့် စံနှုန်းတန်ဖိုးများ

9. Responsibility and Conscience  
တာဝန်နှင့် အသိစိတ် 22
10. The Value of Discipline  
စည်းကမ်းတန်ဖိုး 24
11. Imprisonment and Keeping Faith  
အကျဉ်းကျခြင်းနှင့် သစ္စာရှိခြင်း 26
12. Political Regrets  
နိုင်ငံရေးနောင်တများ 28
13. Happiness  
စိတ်ချမ်းမြေ့မှု 30
14. Hope and Motivation  
မျှော်လင့်ချက်နှင့် စိတ်ဓာတ်စွန့်အား 32
15. The Plight of Refugees  
ဒုက္ခသည်များ၏ ဒုက္ခ 34
16. Not Being an Icon  
ပြယုဂ်မဟုတ် 36
17. Understanding What You Are Fighting for  
ဘာအတွက် တိုက်ပွဲဝင်နေသလဲဆိုတာ သိနားလည်ခြင်း 38
18. How to Create Change  
အပြောင်းအလဲဖော်ဆောင်နည်း 40
19. How to Get Involved in Public Service  
ဝရဟံတလုပ်နည်း 41

20. A Revolution of the Spirit  
စိတ်ဓာတ်ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး 42
21. Just a Politician  
နိုင်ငံရေးသမားသက်သက် 44
22. An Example to Follow  
ယူစရာ စံနမူနာ 46
23. The Idea of Solidarity  
စည်းလုံးညီညွတ်မှုသဘော 47
24. The Four Basic Ingredients for Success  
အောင်မြင်ခြင်း အဓိပတိတရား(၄)ပါး 48

**Social Problems**  
လူမှုရေးပြဿနာများ

25. Women in Politics  
နိုင်ငံရေးလောကထဲမှ အမျိုးသမီးများ 50
26. Addressing Poverty  
ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို တိုက်ဖျက်ခြင်း 52
27. Youth Unemployment  
လူငယ်အလုပ်လက်မဲ့ပြဿနာ 54
28. Education as Government Propaganda  
အစိုးရဝါဒဖြန့် လက်ကိုင်တုတ်ပညာရေး 56

**Burma's Situation**  
မြန်မာနိုင်ငံ၏ အခြေအနေ

29. Sanctions against Burma  
မြန်မာနိုင်ငံအပေါ် ပိတ်ဆို့အရေးယူမှုများ 58

30. Business with Burma  
မြန်မာနိုင်ငံနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း 60
31. Free Market Economy  
လွတ်လပ်သော ဈေးကွက်စီးပွားရေး 62
32. The Future of the Military Regime  
စစ်အစိုးရ၏ အလားအလာ 64
33. The Arab Awakening and Burma  
အာရပ်ကမ္ဘာ နိုးထလာခြင်းနှင့် မြန်မာနိုင်ငံ 66
34. External Military Intervention  
စစ်ရေးအရ ပြည်ပ၏ ကြားဝင်စွက်ဖက်မှု 68
35. Military Leaders as Learners  
ပညာသင် တပ်မတော်ခေါင်းဆောင်များ 70

**International Relations**  
နိုင်ငံတကာဆက်ဆံရေး

36. China, the West and Taking Sides  
တရုတ်၊ အနောက်နိုင်ငံများနှင့် တက်လိုက်ခြင်း 72
37. Burmese-Indian Relations  
မြန်မာ-အိန္ဒိယဆက်ဆံရေး 74
38. Burma, ASEAN and the UN  
မြန်မာ၊ အာဆီယံနှင့် ကုလသမဂ္ဂ 76
39. Talking to the Chinese Government  
တရုတ်အစိုးရသို့ အမှာစကား 78

**China and Hong Kong**  
တရုတ်နှင့် ဟောင်ကောင်

40. Development and Security in China  
တရုတ်နိုင်ငံ တိုးတက်လုံခြုံမှု 80
41. Ramifications of Rapid Economic Growth  
စီးပွားရေး တစ်ဟုန်ထိုးတိုးတက်မှု၏ လှိုင်းဂယက် 83
42. Education and Learning from Life  
ပညာရေးနှင့် တဝမှ ပညာရှာခြင်း 86

**Family Relationships**  
မိသားစုဆက်ဆံရေးများ

43. Sacrifice vs Choice  
တိုက်ရိုက်စွန့်ပွန်နှင့် ရွေးချယ်မှု 88
44. A Mother-Son Relationship  
သားအမိ 89
45. Decide What Your Priorities Are  
ဦးစားပေးကိစ္စ တိုက်ရိုက်ဆုံးဖြတ်ချက်ချ 90
46. Family Security and Safety  
မိသားစုလုံခြုံရေး 91
47. A Father-Daughter Relationship  
သားအဖ 92
48. A Relationship with the Army  
တပ်မတော်အပေါ် ထားရှိသော သံယောဇဉ် 94
49. What She Has Learnt from Buddhism  
ဗုဒ္ဓဘာသာကနေ သင်ယူခဲ့တာတွေ 96

**Travelling Plans**  
ခရီးသွားအစီအစဉ်များ

50. Buddhist Sangha in Burma  
မြန်မာပြည်မှ သံဃာတော်များ 98
51. Travelling around Burma  
မြန်မာပြည်တစ်လွှား ခရီးသွား 100
52. Visiting Hong Kong  
ဟောင်ကောင် အလည်သွားခြင်း 102

**Support at Home and Abroad**  
ပြည်တွင်းပြည်ပထောက်ခံမှု

53. Public Support  
ပြည်သူထောက်ခံမှု 103
54. The Nobel Prize  
နိုဘယ်(လ်)ဆု 104

**Exclusive Interviews**  
သီးသန့်အင်တာဗျူးများ

55. Who Will Be above the President? (CNA)  
သမ္မတအထက် ဘယ်သူတက် 106
56. A Rose by Any Other Name (BBC)  
နာမည်မရွေး မွှေးမြဲမွှေးတဲ့ ပန်းနင်းဆီ 111
57. Give and Take (CNA)  
အပေးအယူ 123
58. How to Differentiate between Terrorists  
and Innocent People (ANI)  
အကြမ်းဖက်သမားများနှင့် အပြစ်မဲ့ပြည်သူ ဘယ်လိုခွဲခြားယူ 152
59. Wisdom and Virtue  
ပညာနှင့် ဓာရိတ္တ 155
60. Laws as a Protective Body for the People  
ပြည်သူကာကွယ်ရေးအင်အားစုဖြစ်သော ဥပဒေများ 163
61. No Hope without Endeavour  
လုံ့လနုတ္တိ မျှော်လင့်ချက်မရှိ 167
62. Innate Wisdom for the World  
အများအကျိုးပြု ပညာပါရမီ 174

**Full-Length Speeches**  
မိန့်ခွန်းအပြည့်အစုံ

63. Education Reform and Academic Freedom  
ပညာရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနှင့် ပညာရေးလွတ်လပ်ခွင့် 190
64. Our Vision of Rangoon University  
ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်မျှော်မှန်းချက် 199
65. Freedom of Thought  
လွတ်လပ်စွာ စဉ်းစားတွေးခေါ်ခွင့် 200
66. Burma's Future  
မြန်မာ့ရှေ့ရေး 221
67. Rule of Law  
တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး 234
68. An Appeal for International Flood Aid  
နိုင်ငံတကာထံမှ ရေဘေးအကူအညီတောင်းခံသည့် မိန့်ခွန်း 271
69. An Appeal to the World to Monitor  
Burma's 2015 General Elections  
နိုင်ငံတကာသို့ ပြောကြားသော ရွေးကောက်ပွဲမိန့်ခွန်း 278
70. The Way to Go Forward  
ရှေ့ဆက်လျှောက်လှမ်း ခရီးလမ်း 280
71. Trilateral Relations  
သုံးပွင့်ဆိုင်ဆက်ဆံရေး 284
72. Daw Aung San Suu Kyi's UN Speech  
ကုလသမဂ္ဂအထွေထွေညီလာခံမိန့်ခွန်း 289
73. In 20 Years' Time  
(၂၀)နှစ်(၂၀)မိုး 304



**Support at Home and Abroad**  
ပြည်တွင်းပြည်ပထောက်ခံမှု

53. Public Support  
ပြည်သူထောက်ခံမှု 103
54. The Nobel Prize  
နိုဘယ်(လ်)ဆု 104