

Christopher Kingler
**The Art Of
Psychological Warfare**

**ဆိုက်ဝါးထည့်ခြင်း
အတတ်ပညာ**

ရဲမင်းဝင်း
(မြန်မာပြန်သည်)



ဆိုက်ဝါးထည့်ခြင်း အတတ်ပညာ
ဦးရဲမင်းဝင်း (ဘာသာပြန်)
ဝင့်အိန္ဒြာရဲမင်း နှင့် တော်အိန္ဒြေရဲမင်း

တို့အတွက်

ပို၍ ကောင်းမွန်သော ကမ္ဘာကြီး ဖြစ်လာစေရန်
ဖေဖေ ဦးရဲမင်းဝင်း ၏ အားထုတ်မှု

အဖွင့်

ဆိုက်ဝါး သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်စစ်ဆင်ရေး ဆိုတာ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး နဲ့ စစ်ရေး ရည်ရွယ်ချက် တွေ ပြည့်မီ ဖို့အတွက် ပစ်မှတ်ထားတဲ့ လူအုပ်စု ကို ဝါဒဖြန့် ခြင်း နဲ့ စိတ်ပညာ ဆိုင်ရာ လွှမ်းမိုးချုပ်ကိုင် မှု တွေ အသုံးပြုခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုဟာ သူ့ရဲ့ ပြည်သူ တွေကို ဆိုက်ဝါး နည်းပညာ တွေ အသုံးပြုနေတာ တွေ့ရတဲ့အတွက် ကျွန်တော် စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်မိပြီး ပြင်းပြင်းထန်ထန်ကို ဝမ်းနည်းမိပါတယ်။

ဆိုက်ဝါး ထည့်ခြင်းဟာ အချိန်ကာလ ကြာရှည်စွာ ဖြစ်ပေါ်နေခဲ့တဲ့ အတွက် ကျွန်တော်တို့ ပြည်သူတွေဟာ

မေ့လျော့သွားကြပြီး ဆက်ဖြစ်ပေါ်ဖို့ကို ခွင့်ပြု ပေးထားသလို ဖြစ်နေပါ တယ်။ နိုင်ငံ တစ်နိုင်ငံကို ဆိုက်ဝါးလက်တွေ့ စမ်းသပ်ခြင်း ပြုလုပ်ရာမှာ

ဓာတ်ခွဲခန်းသုံး တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်လို အသုံးချခံနေရမယ် ဆိုရင် ရလဒ်က လက်ခံ နိုင်စရာမရှိဘဲ လက်တွေ့ စမ်းသပ်နေမှုကို ရပ်တန့်ပစ် ရပါမယ်။

မေးခွန်းက ကျွန်တော်တို့ဟာ ဓာတ်ခွဲခန်းက တိရစ္ဆာန်လေးတွေ ဖြစ်နေကြပြီလား? ဒါပေမဲ့ ဆိုက်ဝါးထည့်ခြင်း အကြောင်းကို သုတေသန လုပ်အပြီးမှာတော့ "ဟုတ်တယ်၊ ကျွန်တော်တို့ ဖြစ်နေနိုင်တယ်" လို့ပဲ ကောက်ချက် ချမိပါတယ်။

အမေရိကန် ပြည်ထောင်စု ပေါ်ပေါက်တဲ့အချိန် ကနေ ယနေ့ အချိန်ထိ ကျွန်တော်တို့ ပြည်သူတွေ ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေရဲ့ ပစ်မှတ်ထားမှုကို ခံနေရပြီး ဒီစစ်ပွဲက ဘယ်တော့မှ မပြီးဆုံးနိုင်အောင် ဖြစ်နေပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပြီးနဲ့ ဆက်လက် ဖြစ်ပေါ်နေဆဲ ဖြစ်တဲ့ လွတ်လပ်ခွင့် ဆုံးရှုံးသွားတာတွေကို သတိမထားမိကြလို့ပါ။

ဒီခေါင်းစဉ်နဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျွန်တော်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် စုံစမ်းထောက်လှမ်းမှုက နေ သီလာတာက အမေကန် တစ်နိုင်ငံတည်း ဆိုက်ဝါးထည့်မှုတွေ ဖြစ်ပေါ်နေတာမဟုတ် ပါဘူး။ ကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိတဲ့ တခြား နိုင်ငံတွေမှာပါ ဖြစ်ပေါ်နေတာပါ။ နိုင်ငံတကာ သတင်းဌာနတွေကို ပေါက်ကြားလာတဲ့ လျှို့ဝှက်စာရွက်စာတမ်း တွေက ရုရှလို နိုင်ငံဟာ ဆိုက်ဝါးထည့်ခြင်း ပရိုဂရမ်မှာ ပါဝင်နေတာကို ဖွင့်ဟ ပြသ နေပါတယ်။ ကျွန်တော် လုပ်ကြံ ပြောနေတာ မဟုတ်ပါဘူး။ နိုင်ငံတွေထဲက တစ်ခုဟာ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေရဲ့ ပစ်မှတ်ထားမှုကို ခံနေရတယ် ဆိုတဲ့ စာရွက်စာတမ်းတွေ အများကြီး နိုင်ငံတကာ သတင်းဌာနတွေဆီကို ပေါက်ကြားလာတာကို ကျွန်တော် ဖတ်ခဲ့ဖူးပါတယ်။

ဆိုက်ဝါးဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ သာမန် ဘဝတွေမှာပါ ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။ စိတ်ပညာကို နားလည်တဲ့ သူတွေဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ နူးညံ့သိမ်မွေ့တဲ့

သက်သေ အပြုအမူတွေကနေ အဲဒီလူကို လေ့လာ စောင့်ကြည့်ဖို့ ဖြစ်နိုင် တယ် ဆိုတာ သိကြပါတယ်။ ယေဘုယျ ဥပမာ တစ်ခုက လူတစ်ယောက် ဟာ ပြတိုက်ထဲက ပန်းချီကားတွေကို လှည့်ပတ် ကြည့်ရှုပြီးတဲ့နောက် မ ကြာခင်မှာပဲ သူ့ကိုတိုက်ခိုက်တဲ့ ကျိန်စာတစ်ခုရဲ့ ရိုက်ခတ်မှုကို ခံရတယ်။ ဒီ လို ဖြစ်ရတာက သူက ပန်းချီကား တော်တော် များများကို ကြည့်မိခဲ့ လို့ ဖြစ်တယ် ဆိုတဲ့ ကိစ္စမျိုးပါ။

ကျွန်တော် ပြောခဲ့သလိုပဲ ဆိုက်ဝါးဆိုတာ အသစ်မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့ မမွေးခင် ကတည်းက ရှိနေခဲ့တာပါ။ ကျွန်တော်က ကွန်ပျူတာနဲ့ ကြီးပြင်း ခဲ့ရတာ မဟုတ် ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကွန်ပျူတာတွေက ဆိုက်ဝါး ထည့်ခြင်းကို အဆတစ်ရာလောက် လွယ်ကူအောင်နဲ့ စုံစမ်းသိရှိဖို့ လည်း အရမ်းခက်ခဲအောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အမေ့ ဗိုက်ထဲမှာ ရှိနေစဉ် ကတည်းက အစိုးရ တွေနဲ့ တယ်လီဗေးရှင်းတွေက ကျွန်တော်တို့ အတွက် အစီအစဉ်တွေ အများအပြား ပြုလုပ်ခဲ့တယ် ဆိုတာ သတိရှိသင့်ပါတယ်။ ဟုတ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အမေ့ဗိုက်ထဲမှာ ကတည်းကပါ။

ဘာကြောင့် ကျွန်တော်တို့ အမေ့ဗိုက်ထဲမှာ ကတည်းက ဒီလို ဖြစ်ခဲ့ရတာ လဲ ဆိုတဲ့ အဓိက အကြောင်းပြချက်က ကျွန်တော်တို့အားလုံးက ထိုးထွင်း သိမြင်ဉာဏ်ဆိုတဲ့ စူပါပါဝါနဲ့ မွေးဖွား လာခဲ့ ကြလို့ ပါ။ အစိုးရတွေနဲ့ တယ် လီဗေးရှင်းတွေဟာ လူတွေအပေါ် ပရိုဂရမ်ရေးဆွဲမှုတွေကို ဦးနှောက်ရဲ့ ထိုးထွင်းသိမြင်ဉာဏ် ဧရိယာမှာ အနည်းဆုံး ပြုလုပ်ကြပါတယ်။ ဘာ ကြောင့်လဲဆိုတော့ လူသား တွေဟာ အဲဒီနေရာမှာ သူတို့ထက် သန်မာကြ တယ် ဆိုတာကို သိနေကြလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ဦးနှောက်ရဲ့ တခြား အစိတ်အပိုင်း တွေကတော့ ကျွန်တော်တို့ မမွေးခင်ကတည်းက အလုပ်

ကြိုးကြိုးစားစား လုပ်နေရပါတယ်။

ဆိုက်ဝါးပရိုဂရမ်တွေကို လူ့အဖွဲ့အစည်းရဲ့ နေရာတိုင်းမှာ အသုံးပြုကြပါ တယ်။ ဥပမာ တစ်ခု ပြောပါဆိုရင် မီဒီယာတွေမှာပါ။ စုံစမ်းထောက်လှမ်း ခြင်း သတင်းထောက် ပညာရပ်ဟာ အချိန်အကြာကြီး ကတည်းက တည်ရှိ နေခဲ့တာပါ။ ဒါပေမဲ့ မကြာသေးခင် အချိန်ကပဲ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ် တွေ ကြောင့် စုံစမ်းထောက်လှမ်းရေး သတင်းထောက်တွေဟာ အသံတိတ်နေခဲ့ ရပါတယ်။ မီဒီယာ တွေကို တိုက်ခိုက်တဲ့ နောက်ကွယ်က အကြောင်းရင်း ကတော့ ကြံ့ခိုင်သန်မာခြင်း၊ ဩဇာအာဏာ ရှိခြင်းနဲ့ လွှမ်းမိုးခံရမှု ကင်း ခြင်းနဲ့ ပြည့်စုံတဲ့ အမေရိကန်နိုင်ငံတော် ဆိုတဲ့ အမြင်မှားမှုတွေကို ဆက်လက် ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ဖို့ ကြိုးပမ်းမှုကလွဲ ပြီး တခြား အကြောင်းရင်း မရှိပါဘူး။

ကျွန်တော် ပန်တဂွန် စစ်ဌာနချုပ်ကိုလည်း သုတေသနလုပ်ခဲ့ပြီး အဲဒီက အခြေအနေ အနည်းငယ်ကို ဖတ်ရှုခဲ့ရပါတယ်။ ပန်တဂွန်မှာ လျှို့ဝှက် စစ်ဆင်ခြင်း အတတ်ပညာကို လေ့ကျင့် တတ်မြောက်ထားသူတွေရဲ့ ဝန်ဆောင်မှုကို အသုံးပြုပြီး ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေကို ပြုလုပ်နေပါတယ်။

ကျွန်တော်က စာရေးဆရာ တစ်ယောက်သာ ဖြစ်ပြီး လေ့ကျင့် သင်ကြား ထားတဲ့ စိတ်ပညာရှင် မဟုတ်တဲ့ အတွက် ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေရဲ့ အသေးစိတ်ကို ဖြစ်စဉ်တွေကို မဖော်ပြတော့ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဒီစာအုပ်မှာ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေရဲ့ အမျိုးမျိုးသော အစိတ်အပိုင်းတွေကို ဖော်ပြသွားပါ မယ်။ ဒါမှသာ သင့်အနေနဲ့ အမှန်တရားကို သတိပြုမိလာပြီး ဆိုက်ဝါး ပရို ဂရမ်တွေကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမှသာ သင့်အပေါ် ကျ ရောက်လာမယ့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုတွေကို လျော့ချနိုင်မှာပါ။ ဒီသတင်း အချက်အလက်တွေနဲ့ ဘာလုပ်မလဲ ဆိုတာကို သင်ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ရမှာ

ပါ။ သင်က ဒီအချက်အလက် တွေကို လျစ်လျူရှုလိုက်မှာလား ဒါမှမဟုတ် အပြုသဘောဆောင်ပြီး ကြံကြံခံ ပြန်တွန်းလှန်မလား ဆိုတာကို သင် ကိုယ်တိုင် ဆုံးဖြတ်ရမှာပါ။

ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေဟာ နောက်ကွယ်က ကြိုးကိုင်ပြီး လုပ်ရတဲ့အလုပ် တွေ ဖြစ်ပေမဲ့ သတင်းထောက်တွေ အတွက်တော့ လျှို့ဝှက်လုပ်ငန်းတွေ မဟုတ်ပါဘူး။ ကျွန်တော်တို့လို လူတွေဟာ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်နဲ့ ပတ်သက် ပြီး ဖတ်ရ ကြားရတာ မှတ်သမျှကို အတွေ့အကြုံမရှိတဲ့အတွက် ပြောတိုင်း ယုံနေကြချိန်မှာ သူလျှို့ဝှက်တွေကတော့ ကျွန်တော်တို့နဲ့ ပတ်သက်ပြီး "ဟေး ဒီမှာ၊ မင်းတို့ အကြောင်း ငါ အကုန်သိတယ်" လို့ တွေးနေ ကြမှာပါ။

ကျွန်တော် ဆိုက်ဝါးပရိုဂရမ်တွေ အကြောင်း ရေးသားနေတဲ့ သတင်းထောက် တော်တော်များများနဲ့ တွေ့ဖူးပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်သူက မှ ဘယ်သတင်း အချက်အလက်ကိုမှ သတိမပြုမိကြပါဘူး။ ဒီသတင်း အချက်အလက်တွေကို သိတဲ့လူ အရေအတွက်ကို သိရင် ခင်ဗျား အံ့ဩ သွားမှာပါ။ သူတို့ ဒီသတင်းအချက်အလက်ကို သိပြီးသား လူတွေနဲ့ပဲ စကားပြောတတ်ကြပါတယ်။ လူရှေ့သူရှေ့ ဘယ်တော့မှ စကားမပြောကြပါ ဘူး။

ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေဟာ သင့်အနီးအနားမှာ အမြဲတစေ ရှိနေတယ်ဆို တာကို သတိပြုပါ။ ဘယ်အရာကိုမှ တရားသေတွက်လို့ မရပါဘူး။

ကျွန်တော့်ရဲ့ ထင်မြင်ယူဆချက်က ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေကို ကျွန်တော် တို့ အစိုးရထဲက လူတွေကပဲ ပြုလုပ်နေကြတာပါ။ ဒီလူတွေဟာ နောက်ကွယ်က ကြိုးကိုင်တဲ့ အလုပ်တွေ မှာ ကျွမ်းကျင် သူတွေ ဖြစ်ပါ တယ်။

ပြီးတော့ သူတို့ဟာ ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေ မှာလည်း ကျွမ်းကျင်သူတွေပါ။

ဆိုက်ဝါး ပရိဂရမ်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဘာလုပ်ရမလဲ ဆိုတာ သင် ကိုယ်တိုင်ပဲ ဆုံးဖြတ်ရမှာပါ။ အပြုသဘောဆောင် ပြီး တုံ့ပြန်မလား၊ အဆိုး မြင်သဘောနဲ့ တုံ့ပြန်မလား။ သင့်ရဲ့ တုံ့ပြန်မှုက သင့်ဘဝ နဲ့ သင်ချစ်ရသူ တွေရဲ့ ကံကြမ္မာအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိနေမှာပါ။ ဆိုက်ဝါး ပရိဂရမ် တွေဟာ နူးညံ့ သိမ်မွေ့လွန်းတာကြောင့် တိမ်းရှောင်ဖို့ဆိုတာ မဖြစ်နိုင် သလောက်ပါပဲ။ အတွေ့အကြုံ အရှိဆုံး ဆိုတဲ့ သူတွေနဲ့ အမှန်တရားကို တ စိုက်မတ်မတ် ရှာဖွေသူတွေတောင်မှ ဆိုက်ဝါး ပရိဂရမ်ရဲ့ သားကောင် ဖြစ် နိုင်ပါသေးတယ်။

ကျွန်တော် သေသေချာချာ သိထားတာတစ်ခု ရှိပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တစ်ခုတည်းသော မျှော်လင့်ချက်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့ တုံ့ပြန်မှု တွေကို ပိုပြီး ကောင်းလာအောင် ပြောင်းလဲလို့ ရတယ် ဆိုတဲ့ အချက်ပါ။

ကျွန်တော် တို့ရဲ့ဘဝတွေ မှာ အပြုသဘောဆောင် ပြောင်းလဲမှုတွေ ပြုလုပ်ဖို့ ကျွန်တော်တို့မှာ တာဝန်ရှိပါတယ်။ အပြောင်းအလဲတွေကို ဖန်တီး ရပါမယ်။

ဘာသာပြန်သူ အမှာ

The art of psychological warfare စာအုပ် အတွက် ပထမဆုံး ဘာသာ ပြန် အခက်အခဲက စာအုပ် ခေါင်းစဉ် ရွေးချယ်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ psychological warfare ကို စိတ်ဓာတ်စစ်ဆင်ရေး ဆိုတဲ့ အသုံးအနှုန်းနဲ့ ဘာသာပြန်ခဲ့ကြပေမဲ့ ဒီအသုံးအနှုန်းကို အင်္ဂလိပ်လို တိုက်ရိုက် မွေးစားပြီး ဆိုက်ဝါးလို့ပဲ ကျွန်တော်တို့ ဘာသာရပ်မှာ အသုံးပြုလာတာ တွေ့ရပါတယ်။ ဒါကြောင့် လူတိုင်းနဲ့ ရင်းနှီးပြီးသား ဖြစ်နေတဲ့ ဆိုက်ဝါး ဆိုတဲ့ စကားလုံး ကိုပဲ အသံဖလှယ်ပြီး စာအုပ်ခေါင်းစဉ် ပေးလိုက်ပါတယ် ။

ဒီစာအုပ်ကို ဘာသာပြန်ဖြစ်တာက ကျွန်တော်ရဲ့ ပထမဆုံး ဘာသာပြန် စာအုပ်ဖြစ်တဲ့ ပစ်မှတ် နဲ့လဲ ဆက်စပ်နေလို့ပါ။ ပစ်မှတ်စာအုပ်မှာတော့ ဒေ တာကို အသုံးပြုပြီး လူတွေကို ဘယ်လို ကြိုးကိုင် ခြယ်လှယ်ခဲ့သလဲ ဆိုတာ ကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖော်ပြထားခဲ့ပေမဲ့ တကယ်တမ်း အသုံးပြုခဲ့တာ အားလုံး က ဆိုက်ဝါးနည်းစနစ် တွေပါ။ ဒေတာက လူတစ်ယောက် အကြောင်းကို သူ့ကိုယ်သူ သိတာထက်တောင် ပိုသိစေနိုင်တဲ့အတွက် ဒေတာနဲ့ ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်တွေ ပေါင်းလိုက်တဲ့အခါမှ ကြောက်စရာကောင်းတဲ့ နည်းစနစ် တွေ ဖြစ်လာပါတော့တယ်။

ဒီစာအုပ်ကိုဖတ်တဲ့အခါ သတိထားစေချင်တဲ့ အချက်က မူရင်းစာရေးသူ က ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်တွေအကြောင်းကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖော်ပြချင်တဲ့ အတွက် စာဖတ်သူကို ညွှန်ကြားနေသလို စကားပြောပုံနဲ့ ရေးသားထားပါ တယ်။ ဒါပေမဲ့ စာဖတ်သူအနေနဲ့ သိထားသင့်တာက ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ် တွေကို သိရှိနားလည်တာဟာ သူတစ်ပါးအပေါ် အသုံးချဖို့မဟုတ်ဘဲ မိမိ ကိုယ်ကို ကွယ်ဖို့သာ ဖြစ်ပါတယ်။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ဒီနေ့ကမ္ဘာမှာ ဆိုက်ဝါးနည်းစနစ်တွေနဲ့ ကင်းလွတ်တဲ့ နေရာ ဆိုတာ မရှိတော့ပါဘူး။

လူတစ်ဦးနဲ့တစ်ဦး ဆိုက်ဝါး ထည့်တတ်ကြသလို ဒီလို ဆိုက်ဝါး အသုံးပြု တတ်သူကိုပဲ လူရည်လည်သူ၊ လူမှုဆက်ဆံရေး ထူးချွန်သူအဖြစ် လွဲမှားစွာ ယူဆနေကြပါတယ်။ တကယ်တော့ ရိုးသားမှုကသာ အကောင်းဆုံး လက်နက်ဖြစ်တယ် ဆိုတာ စာဖတ်သူ တွေကို သိစေချင်ပါတယ်။

သတင်းတု သတင်းမှား အန္တရာယ်က ကျွန်တော်တို့လို ဒီဂျစ်တယ် စာတတ်မြောက်မှု နည်းပါးတဲ့ နိုင်ငံအတွက် တော်တော်ကြောက်စရာ ကောင်းတဲ့ အန္တရာယ်တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ သတင်းတု သတင်းမှား ဖြန့်ချိတဲ့

နည်းစနစ်တွေဟာလည်း ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ် တွေပါပဲ။ ဒီစာအုပ်ကနေ ကျွန်တော်တို့ ပြည်သူတွေအပေါ် ကျရောက်တဲ့ သတင်းတု သတင်းမှား အန္တရာယ်တွေကို တစ်ထောင့် တစ်နေရာက ကာကွယ်ပေးနိုင်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာ ပါဝင်တဲ့ စိတ်ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အသုံးအနှုန်းများကို စာဖတ် သူတိုင်း နားလည် လွယ်မယ့် စကားလုံးတွေ အသုံးပြုပြီး ဘာသာ ပြန်ဆို ထားပါတယ်။ စာဖတ်သူအားလုံး မိမိတို့အပေါ် ကျရောက်လာမယ့် ဆိုက်ဝါး အန္တရာယ်များကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး အကြောက်တရား ကင်းစွာနဲ့ လွတ်လပ် သာယာဝပြောတဲ့ ဘဝတွေကို တည်ဆောက်နိုင်ပါစေလို့ ဆုမွန်ကောင်း တောင်းအပ်ပါတယ်။

ရဲမင်းဝင်း

အခန်း (၁)

ဆိုက်ဝါး ထည့်ခြင်းကို သင်ဘာကြောင့် သိသင့်တာလဲ?

လူတိုင်း လူတိုင်းမှာ အမှောင်ဘက်ခြမ်း ဆိုတာ ရှိကြပါတယ်။ တချို့လူတွေကတော့ ဒီအခြမ်းကို ဖိနှိပ်ထားပြီး သူက ပေးနိုင်တဲ့ စွမ်းအားတွေ အားလုံးကို လေ့လာခြင်း မလုပ်ကြပါဘူး။ အခြားတစ်ဖက် မှာတော့ သင်က လေ့လာကြည့်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီဆိုရင် သင့်ရဲ့ အမှောင်ဘက်ခြမ်းကို ကြီးမား ကျယ်ပြန့်အောင်တောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။ သင့်အတွက် အကျိုးကျေးဇူးတွေ အများကြီး စောင့်ကြိုနေပါတယ်။ လူသားတွေဟာ သဘာဝအရကို ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်ပြီး အပြိုင်အဆိုင်များတဲ့ သတ္တဝါတွေ ဖြစ်ကြပါတယ်။ အောင်မြင်နေတဲ့ လူတွေဟာ ထိပ်ဆုံးကို ရောက်ဖို့အတွက် လူ့ကျင့်ဝတ်တွေ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေ ဖောက်ဖျက် ကျူးလွန်ကြသူတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ သင်လည်း အခုလို လုပ်ဖို့ ဆုံးဖြတ်လိုက်တဲ့အတွက် ထိပ်ဆုံးကို ရောက်လာတော့မှာပါ။ သင်လိုချင်တဲ့ အရာတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အရှက်တရား ကင်းမဲ့မှု၊ လည်လှီးမှုတွေ မပြုလုပ်ဘူးဆိုရင် သင်ဟာ နောက်ကျ ကျန်နေပြီး ဘဝမှာ အရှုံးသမားပဲ ဖြစ်မှာပါ။

ဒါပေမဲ့ ကျွန်တော်တို့ လူ့အဖွဲ့အစည်းမှာ အနည်းဆုံးတော့ လက်ရှိ လူမှု ကျင့်ဝတ်တွေနဲ့ ကိုယ်ကျင့်တရားတွေကို လိုက်နာကြောင်း ဟန်ဆောင် ပြုမူ ရပါမယ်။ ဒီလိုမှမဟုတ်ရင် လူတွေက ကျွန်တော်တို့ကို ကြမ်းတမ်း ခက်ထန်သူလို့ အကဲဖြတ်လိုက်ကြပြီး ရှောင်ကြဉ်သွားကြမှာပါ။ သူတို့က သင့်ကို သဘောကျဖို့နဲ့ ကူညီဖို့ ဆန္ဒရှိကြမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ လူတွေက သင့်

ကို စတင်ပြီး သဘောမကျ ဖြစ်မယ်၊ ရှောင်ကြဉ်ကြပြီဆိုရင် သင့်ရဲ့ ဆိုက်ဝါး အစီအစဉ်တွေက အလုပ်ဖြစ်တော့မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် သင့်ရဲ့ အမှောင်ဘက်ခြမ်းကို ဖုံးကွယ်ဖို့အတွက် အပြင်ပန်း အပေါ်ယံပုံရိပ် ဖန်တီးရပါမယ်။ လူတွေ သင့်ကို ယုံကြည်လာအောင်၊ သဘောကျလာအောင် အရူးလုပ်နိုင်မယ့် ပြီးပြည့်စုံပြီး လှပတဲ့ အပြင်ပန်း ပုံရိပ်ရဲ့ နောက်ကွယ်မှာ သင်ပုန်းအောင်းပြီး နေထိုင်ရပါမယ်။ ဒါက ဆိုက်ဝါးထည့်ဖို့အတွက် တစ်ခုတည်းသော နည်းလမ်းဖြစ်ပါတယ်။

အပြင်ပန်း ဟန်ဆောင်ပုံရိပ် ဖန်တီးခြင်း

ဒါဆို ဒီလို နွေးထွေး ချစ်စရာကောင်းပြီး ကမ္ဘာကြီးကို အရူးလုပ်နိုင်မယ့် အပြင်ပန်းပုံရိပ်ကို သင်ဘယ်လို ဖန်တီးမလဲ?၊ သင် အခြားသူတွေကို ဘယ်လို ကြည့်ရှုသင့်သလဲ?၊ သင့်ရဲ့မူလ သဏ္ဍာန်ကနေ သင်ဘယ်လို ပုန်းအောင်း နေထိုင်မလဲ? သင်က လူတွေရဲ့ အကောင်းဆုံးကိုပဲ အလိုရှိတဲ့ သူ၊ သင်ဟာ ရက်စက်ကြမ်းကြုတ်ပြီး ကိုယ့်အတွက်ကိုယ်ပဲ ကြည့်တတ်တဲ့ သူ မဟုတ်ဘူးလို့ လူတွေ ယုံကြည်လာအောင် သင်ဘယ်လို လုပ်မလဲ?

ကောင်းပြီ။ လှည့်စားခြင်းက အစိတ်အပိုင်း တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ငြင်းဆိုခြင်း ပြုလုပ်ရပါမယ်။ ပြီးတော့ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှု ရှိရပါမယ်။ သင့်ရဲ့ အပြင်ပန်းပုံရိပ် ပုံဖော်မှာ ဒီအစိတ်အပိုင်း ၃ ခုကို ရောမွှေပြီး သုံးနိုင်ရင် အရမ်းယုတ္တိရှိတဲ့ အပြင်ပန်း ပုံရိပ်တစ်ခု သင် ဖန်တီးနိုင်ပါပြီ။ သင့်ရဲ့ အပြင်ပန်း ပုံရိပ်က ယုတ္တိတန်လွန်းတဲ့အတွက် လူတိုင်းကို အရူးလုပ်နိုင်ပြီ ဖြစ်ပါတယ်။

လှည့်စားခြင်း

သင့်ရဲ့ ပုံရိပ်ကို တည်ဆောက်နေတယ် ဆိုရင် သင့်အကြောင်းကို လိမ်လည် ပြောဆိုပြီး လှည့်စားတင်ပြလို့ ရပါတယ်။ အများအမြင်မှာ

လူကောင်းတစ်ယောက်လို ဖြစ်လာအောင် လှည့်စားခြင်းကို အသုံးပြုနိုင်ပါ တယ်။

သင့်ရဲ့ အလိမ်အညာတွေကိုသာ ပိပိရီရီ ဖြစ်ဖို့ သတိထားပါ။ သင့်ကိုယ် သင် လူကောင်း တစ်ယောက်လို နေပြီး အခြားသူတွေကို သင် လှည့်စားချင် မှာပါ။ ဒါပေမဲ့ သင့်အကြောင်း လူမိသွားချိန်မှာတော့ သနားစရာပုံစံနဲ့ လိမ်ညာ ပြောချင်နေမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်အကြောင်းကို သင် ပြောတဲ့ အချိန်မှာ အမြဲတမ်း အမှန်အတိုင်းသာ များများပြောပါ။

သင်က ချိန်းဆိုမှုတစ်ခုမှာ ရောက်နေတယ်ဆိုကြပါစို့။ သင့်ကို အထင်ကြီး အောင် ပြောချင်ပေမဲ့ သင့်မှာ အလုပ်ကောင်းကောင်း မရှိဘူး ဆိုပါစို့။ သင့် ကို လူမိသွားနိုင်တဲ့အတွက် သင့်ရဲ့အလုပ်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး တဲ့တိုးကြီး လိမ် ပြောချင်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ အဲဒီအစား သင့်အလုပ်အကြောင်းကို စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်အောင် ပြောပြီး သင့်ရာထူးက ဘယ်လောက် အရေးကြီးကြောင်း ပုံကြီးချဲ့တဲ့ စကားလုံးတွေ သုံးပြီး ပြောပါ။

သင့် အကြောင်း သင်ပြောနေချိန်မှာ သင့်ရဲ့ အားသာမှုတွေကို အာရုံစိုက် ထားပါ။ သင့်ရဲ့ အားသာမှုတွေကို ဖော်ထုတ် ပြသဖို့ ကြိုးစားပါ။ သင့်ရဲ့ အားနည်းချက်တွေကို ထုတ်ဖော်မပြမိပါစေနဲ့။ သင့်ရဲ့ အားနည်းချက်တွေ ကို ဖော့ပြောပြီး သင့်ကိုယ်သင် ပိုကောင်းမွန်တဲ့ လူကောင်းတစ်ယောက် အဖြစ်ပြောပါ။ သင့်ရဲ့ အပေါ်ယံပုံရိပ်က ပိုကောင်းလာပြီး သင့်မှာ အပြုသဘောဆောင်တဲ့ ပုံရိပ် ရှိလာလေလေ လူတွေက သင့်ကို ပိုပြီး သဘောကျလေလေ ဖြစ်မှာပါ။ ဒါဆိုရင် သင် လူတွေနဲ့ ဆက်ဆံရာမှာ ကံကောင်းမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာပါပြီ။

ငြင်းဆိုခြင်း

ငြင်းဆိုခြင်းက သင့်ကို အပြစ်ကင်းစင်တဲ့ပုံစံ ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။ ငြင်းဆို

ခြင်းနဲ့ ပတ်သက်ပြီး နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး ရှိပါတယ်။ သင်ဟာ အမှား ကျူးလွန်နိုင်တဲ့လူ မဟုတ်ဘူးဆိုတဲ့ အတွေး ဖြစ်ပေါ်လာစေပြီး လူတွေကို အရူးလုပ်ဖို့အတွက် လှည့်စားခြင်းနဲ့ ငြင်းဆိုခြင်းကို ပူးပေါင်း အသုံးပြုသင့် ပါတယ်။

သားကောင်အဖြစ် ဟန်ဆောင်ခြင်းက တော်တော်အသုံးတည့်ပါတယ်။ သင်ဘယ်တုန်းကမှ အမှားမလုပ်ခဲ့ပါဘူးလို့ ငြင်းဆိုပြီး သင့်ရဲ့လုပ်ရပ်ကို ပို ပြီး ယုတ္တိရှိဖို့အတွက် သင်က အပြစ်ကင်းတဲ့ သားကောင်အဖြစ် ဟန်ဆောင် ပါ။

သင်လုပ်ခဲ့တဲ့ အရာက မှားတယ် ဆိုတာကို မသိခဲ့ပါဘူးလို့လည်း ဟန်ဆောင်လို့ ရပါတယ်။ သင်က ရိုးသားတဲ့အမှား ကျူးလွန်မိတာပါ။ အခု သင်က နောင်တ အကြီးအကျယ် ရနေပြီး အပြစ် ရှိတယ်လို့ ခံစားနေရပါ ပြီ။ သင်ဟာ ကျင့်ဝတ် ဖောက်ဖျက်သူ မဟုတ်ဘူးလို့ ငြင်းဆိုပါ။ ပြီးတော့ အရမ်း ဝမ်းနည်းပက်လက် ဖြစ်နေတဲ့ အပြစ်ကျူးလွန်သူ အဖြစ် ဟန်ဆောင်ပါ။ လူတွေက သင်ဟာ အတိတ်တုန်းက မကောင်းမှုတွေ လုပ်ခဲ့ ဖူးတာတောင် စိတ်ကောင်းရှိသူ အဖြစ် ခံစားလာကြပါလိမ့်မယ်။ သူတို့က သင့်ကို ခွင့်လွှတ်ပြီး သင့်ရဲ့ အပြစ်ဝန်ခံရတဲ့ သတ္တိကို လေးစား လာကြပါ လိမ့်မယ်။

တခြားသူတွေက သင်လုပ်ခဲ့တာတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြောဆိုမှုတွေကို လည်း သင် ဘူးခံ ငြင်းဆို နိုင်ပါတယ်။

သင်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ အကြောင်းတွေ ကြားရတဲ့အခါမှာ အရမ်း အံ့ဩ ထိတ်လန့်သွားတဲ့ အမှုအရာ လုပ်ပါ။ ပြီးတာနဲ့ သင့်မကောင်းကြောင်း ပြော တဲ့လူတွေကို အပုပ်ချဖို့ လူတွေကို သင့်ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် ဇာတ်လမ်းတွေ ပြောပြ ပါ။ အတိတ်ကာလတုန်းက သင်ပါဝင် ပတ်သက်ခဲ့သမျှ မကောင်းမှုတွေ

အားလုံးကို ငြင်းဆို ပါ။

ယုံကြည်ချက်

အပြစ်ကင်းစင်ပြီး လူတိုင်း ယုံကြည်နိုင်လောက်မယ့် အပြင်ပန်း ပုံရိပ်ကို ဖန်တီးရာမှာ ယုံကြည်မှုက အဓိကအချက် ဖြစ်ပါတယ်။ တကယ်တော့ မိမိကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုဆိုတာ အခြားသူတွေ သင့်ကို သဘောကျ နှစ်သက်လာဖို့အတွက် အဓိက သော့ချက်ပါ။ ကျန်းမာသန်စွမ်းတဲ့ ယုံကြည်မှုနဲ့ အတ္တ ရှိသူတွေက လူတွေကို ဆွဲဆောင်နိုင်တတ်ကြပါတယ်။ သင့်ဘက်ကသာ ယုံကြည်မှု ရှိနေတယ် ဆိုရင် လူတွေကို သင့်အနားကို ရောက်လာအောင် ဆွဲဆောင် နိုင်မှာပါ။ ဒါဆိုရင် သင့်ရဲ့ အပြင်ပန်းပုံရိပ်က သေချာပေါက် အလုပ်ဖြစ်ပါပြီ။

မာနထောင်လွှားပြီး ကိုယ့်အတွက်ကိုယ်ပဲ ကြည့်တတ်သူတွေဟာ လူကြိုက်အများဆုံးနဲ့ အထင်ပေါ်ဆုံးလူတွေ ဖြစ်နေတာကို သင် သတိထားမိပါသလား? ဒီလိုဖြစ်တာဟာ သူတို့က ယုံကြည်မှု အပြည့်ရှိပြီး တခြားသူတွေ သူတို့အပေါ် ဒေါသထွက်အောင် နဲ့ စိတ်ပျက်အောင် လုပ်ခွင့်မပေး လို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ အခြေခံအားဖြင့်တော့ သူတို့ရဲ့ မလုံခြုံမှုတွေကို ဘယ်အရာကမှ မွေ့နှောက်လို့ မရအောင် အရေထူနေ ကြလို့ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့က ဘယ်သူဆိုတာနဲ့ ဘာလိုချင်တယ် ဆိုတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြတ်ပြတ်သားသား ရှိတတ်ကြပါတယ်။ သင်လည်း ဒီလို ဖြစ်လာဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။

ယုံကြည်မှုဆိုတာ သင့်မှာ ပိုင်ဆိုင်နေရမယ့် အရာတစ်ခု မဟုတ်ပါဘူး။ သင် ဟန်ဆောင် အတု ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဟန်ဆောင်ရင်းနဲ့ အချိန်ကြာလာတဲ့အခါမှာ တကယ်ပဲ ယုံကြည်မှုရလာမှာပါ။ ဒါဆိုရင် သင့်မှာ ယုံကြည်မှု ရှိမနေရင်တောင် တခြားသူတွေကို သင့်မှာ ယုံကြည်မှုတွေ အများကြီး ပိုင်ဆိုင်နေပြီလို့ ပြောလို့ ရသွားပါပြီ။ ဒါတွေ အားလုံးက သင့်ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်

အနေအထားနဲ့ စကားပြောပုံမှာ မူတည်နေပါတယ်။ သင့်ရဲ့ ကျောရိုးကို
ဖြောင့်ဖြောင့်ထားပြီး လမ်းလျှောက်မယ်၊ လူတွေနဲ့ စကားပြောတဲ့အခါ သူ
တို့ရဲ့ မျက်လုံးကို တည့်တည့်ကြည့်ပြီး ကိုယ့်ဘက်က စကားကို စတင် ပြော
မယ်ဆိုရင် သင့်ပုံစံ က ယုံကြည်မှု အပြည့်ရှိတဲ့ပုံစံ ဖြစ်နေမှာပါ။ သင်
စကားပြောတဲ့အခါမှာ တိုက်ရိုက် ပြောဆိုသင့်ပြီး စကားထစ်နေတာ၊
မပြတ်မသား ဖြစ်နေတာတွေကို ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်ခြင်း
အားဖြင့် သင့်မှာ ဖုံးကွယ်ထားစရာ ဘာမှမရှိတဲ့ပုံစံနဲ့ ဘာကိုမှ ရှက်ရွံ့နေ
စရာ မရှိတဲ့ပုံစံ ဖြစ်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒါက သင့်ကို အခြားသူတွေရဲ့ လေးစား
အားကျခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။ ဒါက ဘာကြောင့် ယုံကြည်မှုက ဆွဲ
ဆောင်မှု ရှိရတာလဲ ဆိုတဲ့ အကြောင်းရင်း ရဲ့တစ်စိတ်တဒေသ ပဲရှိပါသေး
တယ်။ ယုံကြည်မှု ရှိပြခြင်း ကြောင့် အခြားသူ တွေ အပေါ်မှာ လွှမ်းမိုးမှု ရှိ
လာပြီး လူတွေကို ဖျောင်းဖျ ပြောဆိုရာမှာ အကျိုးရှိစေတဲ့ သြဇာ အာဏာ
ကိုပါ ရရှိလာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ယုံကြည်မှုရှိခြင်းကို အခုထက် ပိုပြီး ခပ်ဝေးဝေး သွားလို့ရပါသေးတယ်။
မိမိကိုယ်ကို သွေး နားထင် ရောက်ခြင်းဟာ သင့်ရဲ့ ရှက်ကြောက် တွန့်ဆုတ်
ခြင်း ဆိုတဲ့ သဘာဝနဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက် ဖြစ်နိုင် ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒါ က လူ
တွေကို တိမ်းညွတ်လာအောင် ဆွဲဆောင်ဖို့အတွက် အကောင်းဆုံး နည်း
လမ်း တစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဟုတ်ပါတယ်။ လူတွေကတော့ မိမိကိုယ်ကို
အထင်ကြီးနေတဲ့ သူကို သဘော မကျတတ်ကြဘူးလို့ ပြောကြပါတယ်။
ဒါပေမဲ့ ဘယ်သူတွေရဲ့ဘေးမှာ ယောက်ကျား၊ မိန်းမတွေရှိနေလဲ ကြည့်
လိုက်ပါ။ သွေးနားထင် ရောက်ခြင်းဟာ ယုံကြည်မှုရှိခြင်းနဲ့ မတူပါဘူး။
ဒါပေမဲ့ သင့်အတွက် အလုပ်ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

နှစ်လိုဖွယ်ရှိတဲ့ သွေးနားထင်ရောက်မှု အပြင်ပန်းပုံရိပ်က လူတွေကို ဆွဲ

ဆောင်ဖို့အတွက် အကောင်းဆုံး နည်းဖြစ်ပါတယ်။ လူတွေက ဘာကြောင့် မှန်းတောင် မသိလိုက်ဘဲ သင့်ရဲ့ နှစ်လိုဖွယ် ကောင်းမှုနဲ့ သွေးကြီးမှုတို့ အပေါ် သဘော ကျသွားတတ်ပါတယ်။ အခြားသူတွေကို ယဉ်ယဉ် ကျေး ကျေးနဲ့ မြှောက်ပင့် ပြောဆိုရင်းနဲ့ သင့်အကြောင်းကို မြှောက်ပင့် ပြောဆိုဖို့ မမေ့ပါနဲ့။ လူတွေကို ရဲရဲတင်းတင်းနဲ့ စကားပြောဆိုပြီး သင့်ရဲ့ ကို သူတို့ပေါ် ကျရောက်ပါစေ။ ဘယ်တော့မှ မရနိုင် မဖြစ်နိုင် ဆိုတဲ့ စကားကို မပြောပါနဲ့။

မိမိကိုယ်ကို သံသယနဲ့ စကားပြောမိတာ၊ အရေးမပါသလို ပြုမူမိတာမျိုး မဖြစ်ပါစေနဲ့။

ယုံကြည်မှုက သင့်ကိုယ့်သင် ပြုလုပ်နေတဲ့အရာတွေ အပေါ်လည်း အကူအညီပေးပါတယ်။ သင်ဟာ အကောင်းဆုံးတွေနဲ့သာ ထိုက်တန်ပြီး အခြားသူတွေ အပေါ်မှာ ဘာအမှားမှ ပြုလုပ်နေတာ မဟုတ်ဘူးလို့ ယုံကြည်တယ်ဆိုရင် သင့်ရဲ့ အမှောင်ဘက်ခြမ်းက အရာတွေဖြစ်တဲ့ တွန့်ဆုတ်မှု၊ အပြစ်ရှိနေတယ်လို့ ခံစားရမှုနဲ့ သံသယတွေကို ဖော်ပြမိမှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သင့်ရဲ့ လိုအင်ဆန္ဒ တွေကိုပဲ ရဲရဲတင်းတင်း ခိုင်ခိုင်မာမာနဲ့ ဆက်လုပ်ဆောင်သွားမှာပါ။

အံ့ဩစရာကောင်းတာက လူတွေက သင် ဟန်ဆောင်ပြုမူနေတဲ့ အချိန် တုန်းက ထက်တောင်မှ သင့်ကို ပိုပြီး ယုံကြည်လာ ကြမှာပါ။

အခန်း ၂

ဆိုက်ဝါး သီအိုရီ ဆိုတာ ဘာလဲ?

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်ခြင်း ၊ ဆိုက်ဝါး ပြုလုပ်ခြင်း ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က တခြား လူတွေရဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တုံ့ပြန်မှုကို လွှမ်းမိုးဖို့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ပြုလုပ်တဲ့ လုပ်ဆောင်မှုတွေကို ဆိုလိုပါတယ်။

ဆိုက်ဝါး ပြုလုပ်သူရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ကိုက်ညီမယ့် ပင်ကိုစရိုက်တွေ အလေ့အထတွေကို ခိုင်မာလာအောင် ဒါမှမဟုတ် ဒီအလေ့အထတွေကို ခွင့်ပြုလာစေဖို့အတွက် ဆိုက်ဝါးကို အသုံးပြုပါတယ်။

တစ်ခါတစ်ရံမှာ မကောင်းမှု လုပ်ရပ်တွေနဲ့ အတုအယောင် ဗျူဟာတွေ ပါဝင်တတ်ပါတယ်။ ဆိုက်ဝါး ပညာရပ်ကို ရန်သူရဲ့ ယုံကြည်မှုတွေ ပျက်ပြားဖို့အတွက်လည်း အသုံးပြုကြပါတယ်။

သမိုင်း မှတ်တမ်း တစ်လျှောက်လုံးမှာ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှုတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး သက်သေ အပြည့်အစုံ ရှိပါတယ်။ ဖြစ်ရပ် တော်တော်များများ မှာ ရည်ရွယ်ချက် ပြည့်မြောက်စေဖို့ အတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုက်ခိုက်မှု ကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြုကြပါတယ်။ ဒီနေ့ခေတ်မှာတော့ အင်တာနက်ကနေ သတင်းတုတွေ သတင်းမှား စစ်ပွဲတွေ အမြောက်အမြားကို ဖန်တီးနေပြီး ကမ္ဘာကြီး ရဲ့နေရာ အနှံ့အပြားမှာ ကြိုးကိုင် ခြယ်လှယ် နေကြပါပြီ။

ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ် များ

ဆိုက်ဝါး ပြုလုပ်သူတွေဟာ ရှိနေတဲ့ နည်းစနစ်တွေထဲက တစ်ခုတည်းကို ပဲ အသုံးပြုလေ့ မရှိပါဘူး။ တစ်ချိန်တည်းမှာ နည်းစနစ် အများအပြားကို အသုံးပြုပြီး တစ်ခုနဲ့တစ်ခု အားဖြည့်ပေးတဲ့ ကမ်ပိန်း တစ်ခုအဖြစ် စီစဉ် ဆောင်ရွက်လေ့ရှိပါတယ်။

ဒါက သင် မှတ်သားထားဖို့အတွက် အရေးကြီးတဲ့ အချက်တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ဆိုက်ဝါးအစစ် ဆင်နွဲ့နိုင်ဖို့အတွက် လူတစ်ဦး တစ်ယောက်တည်းထက် အများကြီး ပါဝင်ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။ ဒီကနေ တစ်ဆင့်မှ တရားမဝင် လျှို့ဝှက်ကြံစည်ခြင်း (Conspiracy)ဆိုတဲ့ စကားလုံး ဖြစ်ပေါ်လာတာပါ။

Conspiracy ဆိုတာ တရားမဝင် မကောင်းမှုတွေ ဒါမှမဟုတ် ဖျက်လို ဖျက်ဆီး လုပ်ရပ်တွေကို အတူတကွ ပြုလုပ်ဖို့ သဘောတူညီချက် တစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီစာအုပ်မှာပါတဲ့ ဖျက်လို ဖျက်ဆီး လုပ်ရပ်ရဲ့ အဓိပ္ပာယ်က သင့်ရဲ့ဆန္ဒကို ဆန့်ကျင်ပြီး သင့်ရဲ့ လုပ်ဆောင်မှုတွေကို သူတို့ ဖြစ်စေချင်တဲ့အတိုင်း လုပ်ဆောင်ဖို့ ၊ သင့်ရဲ့ အမြင်တွေကို သူတို့ ဖြစ်စေချင် တဲ့အတိုင်း ဖြစ်ဖို့နဲ့ သင့်ရဲ့ဆုံးဖြတ်ချက်တွေကို သူတို့အလိုကျအတိုင်း ဆုံးဖြတ်လာစေဖို့ အတွက် သင့်အပေါ် ဖိအားပေး လုပ်ဆောင်မှုတွေကို ဆိုလိုပါတယ်။

စကားလုံးရဲ့ မူလအစကတော့ စစ်တပ်ရဲ့ အသုံးအနှုန်း ဖြစ်ပြီး စစ်မြေပြင် က နည်းစနစ်တစ်ခုပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဆိုက်ဝါး ပရိုဂရမ်တွေဟာ အလုပ်ဖြစ်ဖို့အတွက် ကမ်ပိန်းတွေ လိုအပ်တာ ကြောင့် သင့်ရဲ့ ပြန်လည် တိုက်ခိုက်လိုတဲ့ ဆန္ဒကို လက်မြောက် အရှုံးပေး သွားအောင် လုပ်တဲ့အခါမှာ လူတစ်ဦး တစ်ယောက်ထက် ပိုမို ပါဝင်နေတာ ကို မကြာခဏဆိုသလို တွေ့ရမှာပါ။ အဲဒီအချိန်မှာတော့ သင့်အပေါ်

လျှို့ဝှက် အကြံအစည် တစ်ခု ဖြစ်ပေါ်နေပါပြီ။

ဒါကြောင့် ဆိုက်ဝါးအပေါ် ထောက်ခံသူတွေဟာ သူတို့ကိုယ်တိုင် ဖြစ်ဖြစ်၊ သူတို့ အလုပ်လုပ် ပေးတဲ့ လူတစ်ယောက်ပဲ ဖြစ်ဖြစ် တရားမဝင် အလုပ် တွေ၊ ကျင့်ဝတ်မရှိတဲ့ အလုပ်တွေနဲ့ မလုပ်သင့်တဲ့ အလုပ်တွေကို လုပ်တယ် ဆိုပြီး လူသိရှင်ကြား ဖြစ်လာတဲ့အခါမှာ သူတို့ ပထမဆုံး ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောဆိုကြတဲ့ စကားလုံးက သူတို့ဟာ လျှို့ဝှက်ကြံစည်သူတွေ (conspiracy theorist) ဖြစ်ပါတယ် ဆိုတဲ့စကားလုံးပါ။

တကယ် တော့ ကိစ္စ တော်တော်များများမှာ လျှို့ဝှက်ကြံစည်မှုကို ပြုလုပ် သူ ဆိုတဲ့ စကားလုံးကို ထပ်ခါထပ်ခါ ပြောနေသူတွေဟာ သင် အမှန် အတိုင်း ပြောနေတယ် ဆိုတဲ့ အချက်ကို သိကြပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် အနည်းဆုံးတော့ သင်က အမှန်တရားကို ဖော်ထုတ်ဖို့ တော်တော် နီးစပ်နေ ပါပြီ။ လူသိရှင်ကြားဖြစ်တဲ့ အခြေအနေမှာ သူတို့ရဲ့ ပထမဦးစားပေးက အခြားသူတွေ အမှန်အတိုင်း နားလည် သဘောပေါက်သွားမှာကို ကာကွယ် ဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ သင့်ကို အပုပ်ချ ပြောဆိုပြီး လက်ခံဖို့ ခက်ခဲတဲ့ အမှန်တရားနဲ့ ဝေးကွာသွားစေဖို့ ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဒုတိယ ဦးစားပေးကတော့ သင်ရပ်တန့် သွားတဲ့အထိ သင့်ကို တိုက်ခိုက်ဖို့ ဖြစ်ပါ တယ်။ ဒါကြောင့် သင်မြင်တွေ့ခဲ့သလိုပဲ သူတို့ရဲ့ နည်းလမ်းက အမြဲလိုလို နှစ်ဖက်သွား ဖြစ်နေပြီး ဆိုက်ဝါး ပရိဂရမ်အတွက် သူတို့ရဲ့ ကိုယ်ပိုင် လမ်းညွှန် ချက်တွေအတိုင်း တိတိကျကျ ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။

ပြည့်စုံပြီး တိကျတဲ့ အာရုံသိမှုက လူတိုင်းမှာ အချိန်တိုင်းမှာ တည်ရှိနေပါ တယ်။ ပြီးတော့ အဖြစ်အပျက်တွေက လျင်လျင်မြန်မြန်ပဲ ပြောင်းလဲနိုင်ပါ တယ်။ သင်ကိုယ်တိုင် အပါအဝင်ပါ။

သင်က ဗလာနတ္ထိ ဖြစ်တဲ့ နယ်ပယ်မှာ နေထိုင်နေရတာ မဟုတ်ပါဘူး။

အခြားလူတွေက တစ်ခု မဟုတ် တစ်ခုကို အမြဲလုပ်နေကြတာပါ။ တစ်ခုခုကို အမှားလုပ်မိပြီ ဆိုတဲ့ ခံစားချက်ကို တွေးကြည့်ပါ။ သင့်မှာ အမှားလုပ်မိပြီ ဆိုတဲ့ ခံစားချက်ရော အဲဒီလိုလုပ်တာက မှားတယ်ဆိုတဲ့ ခံစားချက်ရော နှစ်ခု စလုံး ဖြစ်ပေါ်နေပါပြီ။ ဒီခံစားချက် ၂ ခုလုံးက တကယ်ပဲ တည်ရှိနေတဲ့အတွက် မှန်ကန်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ နှစ်ခုစလုံးက တိကျမှုအရာမှာ တော့ မမှန်ကန်နိုင်ပါဘူး။

နှစ်ခုစလုံးက တည်ရှိနေပြီး လက်ရှိကာလရဲ့ အစိတ်အပိုင်း ဖြစ်နေသရွေ့ သင့်ဘက်ကနေ ဘယ်လိုအရာတွေလဲ ဆိုတာ မြင်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် သင့်ဘက်က နှစ်ခုစလုံးကို လက်ခံလာမှာပါ။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ နှစ်ခုစလုံးက ဖြစ်တည်နေလို့ပါ။

စဉ်းစားဖို့ အတွက်ပါ။

ဒါက ဆိုက်ဝါးနည်းစနစ် သုံးသူတွေရဲ့ ပစ်မှတ် ထားချင်သူတွေ အပေါ်မှာ ရရှိစေချင်တဲ့ အကျိုးသက်ရောက်မှု အမျိုးအစား အတိအကျ ဖြစ်ပါတယ်။

သင့်မှာ ပြဿနာ ရှိနေတယ်။

သင် မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘူး။

ဘယ်အရာ က မှန်တယ် ဆိုတာ သင်မပြောနိုင်ဘူး။

ဒါမှမဟုတ် ဒီလိုဆိုရင်ရော ဘယ်လို ဖြစ်မလဲ။

အရာ အားလုံးကို မေးခွန်း ထုတ်ပါ။

ဒါက ကောင်းတဲ့ ပေါ်လစီ တစ်ခု လို့ သင် ထင်ပါသလား?

မဟုတ်ပါဘူး။ ပေါ်လစီ တစ်ခုအနေနဲ့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါက သေချာပါတယ်။ ဒါက တကယ်တော့ အမြစ်က နေလှန်တဲ့ အဖျက်လုပ်ရပ်တစ်ခုပါ။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သင်က အမှန်ကို မပြောနိုင် လောက်အောင် တုံးအ

တယ်လို့ ကြိုတင် ယူဆထားတယ်။ ဒါမှမဟုတ် သင့်လမ်းကြောင်း ပေါ်
ဖြတ်သွားသမျှ အရာ မှန်သမျှကို အမှန်တရားလို့ လက်ခံထားတဲ့အထိ တုံး
အသူလို့ ယူဆထားလို့ပါ။ တစ်ခု ချင်းစီ ဒါမှမဟုတ် နှစ်ခု စလုံးက မေးခွန်း
အားလုံး အတွက် လိုအပ်ချက်တွေရဲ့ ပေးထားချက်တွေ အဖြစ် ယူဆထား
လို့ပါ။

ကောင်းပြီ၊ ဒီမှာ အခုလို အမြစ်ကနေ တွန်းလှန်ဖျက်ဆီးတဲ့ ပေါ်လစီကို
ချမှတ်တဲ့သူအတွက် ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်တဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့အဖြေကို ပြောပါ
မယ်။

လူတစ်ယောက်က အစပထမမှာ မေးခွန်းတစ်ခုမှ မရှိဘဲနဲ့ ဘာကြောင့်
အရာအားလုံးကို မေးခွန်း ထုတ်သင့်တာလဲ?

တစ်ခါတလေမှာ မေးခွန်းတွေက မသေချာလို့ မေးတာ ဒါမှမဟုတ် အမှန်
တရားကို ရှာဖွေဖို့တဲ့ မေးခွန်းမျိုးတွေ မဟုတ်ပါဘူး။ ဒီလိုမေးခွန်းတွေက
အဖြေကိုလိုချင်လို့ မဟုတ်ဘဲ တစ်ခုခုကို ရည်ရွယ် တဲ့ အနေနဲ့ မေးခွန်းမျိုး
တွေပါ။

ကျွန်တော် ခင်ဗျားကို မေးခွန်းမဟုတ်တဲ့ မေးခွန်းတစ်ခု ပေးပါမယ်။ ဘာ
ကြောင့်လဲ ဆိုတော့ ခင်ဗျား မှာရော

ကျွန်တော့ မှာပါ ကျွန်တော် ဘာမေး မယ် ဆိုတာအတွက် မေးခွန်း မရှိလို့
ပါ။ တချို့တွေကတော့ ဒီလို အဖြေကို

ထိရောက် ဖို့ အတွက် မေးတဲ့ မေးခွန်းကို တကယ့် မေးခွန်း အစစ်လို့ ခေါ်
ချင် ကြပါတယ်။

မေးခွန်း ။ ခင်ဗျားက ကျွန်တော်တို့ အားလုံးကို အမြင်မရှိသူ၊ မှားယွင်းနေ
သူ၊ အသိဉာဏ် မရှိသူ၊ ပြုပြင်ဖို့ လိုအပ်သူတွေလို့ ဘာကြောင့် ပြောရတာ

လဲ?

လူတိုင်းရဲ့ စကားလုံးတွေကို သူတို့ရဲ့ အမှန်တရားနဲ့ ပတ်သက်ပြီး မေးခွန်းထုတ်ဖို့ မလိုအပ် ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ သင့်ရဲ့ စကားလုံးတွေကိုတော့ သေချာပေါက် မေးခွန်း ထုတ်ရမှာပါ။

ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်၏ အခြား နည်းစနစ် များ

အခြေခံ အားဖြင့်တော့ ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ် အားလုံးမှာ ရန်သူရဲ့ စိတ်အခြေအနေကို ကစားတဲ့ နည်းလမ်းတွေ

ပါဝင်ပါတယ်။ အခု ဖော်ပြ မယ့် အရာ တွေ က အရမ်းကို အန္တရာယ် ရှိပြီး အထိအခိုက် အပျက်အစီး များတဲ့ နည်းလမ်းတွေပါ။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်လို အခြေအနေမှာမဆို အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။

၁။ နှလုံးသားကို ရိတ်သိမ်းခြင်း

ဒီ နည်းစနစ်က ရန်သူကို သူ့ရည်ရွယ်ချက်ကနေ သွေဖည်သွားအောင် သူ့ ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ တိုက်ရိုက် သက်ဆိုင်တဲ့ အရိပ်အမြွက် စကားကို ကြားရစေ တဲ့ နည်းလမ်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူ့ရဲ့ဦးနှောက်က ဒီ ခံစားချက်ကိုပဲ အာရုံစိုက် နေပြီး သူ့ရဲ့ နာဗ်ကြောတွေ အားလုံး အလုပ် လုပ်နေရလို့ သူ့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်နဲ့ စိတ်က အနှောင့်အယှက် ဖြစ်သွားပါတယ်။

၂။ အဝေးမှ နေ၍ အရိပ်အမြွက် စကား ပြောကြားခြင်း

ရည်ရွယ်ချက်က ဖြစ်နိုင်တယ်။ အချိန်က သူတို့ဘက်မှာ ရှိနေတယ်ဆိုတဲ့ ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက် ပေးပြီး ရန်သူကို မျှော်လင့်ချက်ပေးတဲ့ နည်းစနစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ နည်းစနစ်က တည်ငြိမ်တဲ့ သူရသတ္တိကို ဖြစ်ပေါ် စေပါတယ်။

၃။ လူကုန်ကူးခြင်း

ရန်သူကို သူ့ရဲ့ တည်နေရာကနေ ချုံခို တိုက်ခိုက်ခြင်း နည်းစနစ် ဖြစ်လာ
စေဖို့အတွက် တရားမဝင် လူစုဆောင်းခြင်းနဲ့ ရန်သူရဲ့စိတ်ကို ပြောင်းလဲပစ်
ခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

၄။ နိုးကြားတဲ့ နောက်လိုက်

ရန်သူကို မျှော်လင့်ချက် ကင်းမဲ့ပြီး သူ့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို စွန့်ခွာအောင်
လုပ်တဲ့ နည်းစနစ် ဖြစ်ပါတယ်။

၅။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ထောက်လှမ်းခြင်း

ဒါက ရန်သူကို သူ့ရဲ့စိတ်နေသဘောထားကို ဆန့်ကျင်လာအောင် လုပ်တဲ့
နည်းစနစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက တခြား ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်တွေလိုပဲ
အံ့အားသင့်မှုတွေကို အသုံးပြုပြီး ရန်သူကို အာရုံ လွှဲဖို့နဲ့ သူတို့ရဲ့ မူလ
အစီအစဉ်ကို ပစ်ပယ်အောင်လုပ်တဲ့ နည်းစနစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီ
နည်းစနစ် က ရန်သူကို အနိုင်ရဖို့အတွက်လည်း အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ ဒါက
ရန်သူကို မမျှော်လင့်ထားတဲ့ အခြေအနေ တွေမှာပဲ ရန်သူရဲ့ စိတ်က
အာရုံစိုက်နေအောင် ချဲ့ထွင် အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။ ဒါမှမဟုတ် သူတို့ရဲ့ စိတ်
ပိုင်းဆိုင်ရာကို ရှုပ်ထွေးအောင် ပြုလုပ်ပြီး သူတို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ကို သံသယ
ရှိလာအောင် ပြုလုပ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

၆။ စိတ် ကို ဖတ်ခြင်း

နောက်နည်းစနစ် တစ်ခုကတော့ စိတ်ဖတ်ခြင်းလို့ ခေါ်ပါတယ်။ ဒီ
နည်းစနစ်မှာ ရန်သူကို အကြောင်းအရာ တစ်ခု စဉ်းစားနေဖို့ ပြောလိုက်ပြီး
စိတ်ဖတ်သူက ရန်သူ ဘာစဉ်းစားနေလဲ ဆိုတာကို သွယ်ဝိုက်တဲ့ နည်းစနစ်
နဲ့ ဖတ်တာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းစနစ်က ခေတ်မီ နည်းပညာတွေ ပိုင်ဆိုင်
ထားတဲ့ ရန်သူနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါ အလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါက ခေတ်မီ
နည်းစနစ်တွေ ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့ ဂြိုဟ်သားတွေ ဒါမှမဟုတ် သိပ္ပံ ပညာရဲ့

တိုးတက် မှု တွေကနေ လာတာ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ရန်သူ ရဲ့ စိတ်က သူ့ စိတ်ကို ဖတ်ဖို့ အခြေအနေ ပေးနေတဲ့

အချိန်မှာ ဒီနည်းစနစ်က ပိုပြီး ထိရောက်ပါတယ်။ ရိုးအလွန်းတဲ့ ရန်သူ တွေအပေါ်မှာ ဒီ နည်းစနစ်က အလုပ် ဖြစ်ပါတယ်။

၇။ ကိုယ်ရေး ရာဇဝင် စောင့်ကြည့်ခြင်း

ဒီနည်းစနစ်က ရန်သူရဲ့ ရွေ့လျားမှုကို ခန့်မှန်းဖို့အတွက် ရန်သူအားလုံးရဲ့ ကိုယ်ရေးရာဇဝင်ကို ဖြစ်နိုင်သမျှ နည်းလမ်းအားလုံးနဲ့ စောင့်ကြည့်တဲ့ နည်းစနစ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကို ကင်မရာ ဒါမှမဟုတ် အခြား ကြည့်ရှုလိုရတဲ့ ကိရိယာတွေနဲ့ ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။

၈။ လူမှု ကွန်ရက်ကို လေ့လာခြင်း

ဒီနည်းစနစ်က ရန်သူကို သူ့ရဲ့ မူလ ရည်ရွယ်ချက်ကနေ သွေဖည်ပြီး စိတ် လှုပ်ရှားလာစေဖို့ အတွက် သတင်း အချက်အလက်တွေကို ချုပ်ကိုင် ခြယ်လှယ်တာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီနည်းစနစ်မှာ ဝါဒဖြန့်မှုတွေ၊ ယုံကြည်မှု ပိုင်းဆိုင်ရာ အယူအဆတွေကို အသုံးပြုပါတယ်။

လူသားတွေ တိုးတက် ပြောင်းလဲနေသလိုပဲ ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်တွေက လည်း တိုးတက် ပြောင်းလဲနေပါတယ်။ နည်းပညာနဲ့ သိပ္ပံပညာရပ်ဟာ ဆိုက်ဝါး နည်းစနစ်တွေရဲ့ ပုံစံတစ်မျိုးအဖြစ် ဖြစ်ပေါ်လာနေပါပြီ။ အဓိက ရည်ရွယ်ချက်ကတော့ ရန်သူအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းသွားတဲ့အထိ သူတို့ရဲ့ ရည်ရွယ်ချက် မမြောက်အောင် သူတို့ရဲ့စိတ်ကို အနှောင့်အယှက် ပေးနေနိုင် ဖို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။
