

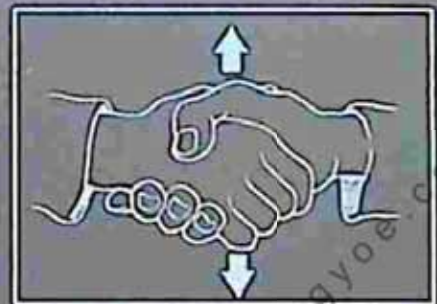
လူကခတ်ကောင်းသူဖြစ်စေဖို့
 လူတစ်လုံး သူတစ်လုံးဖြစ်စေဖို့
 လူ့အရိပ်အကဲနားလည်ဖို့
 လူတောတိုး လူရာဝင်နိုင်ဖို့
 လူပေါ် လူဇော် အလုပ်မခံရစေဖို့
 လူတိုင်းအတွက် လက်တွေ့အသုံးဝင်သည်

လူ တွင်ကျယ်ဖို့ လူ ရည်လည်ဖို့ ညီညီနိုင်

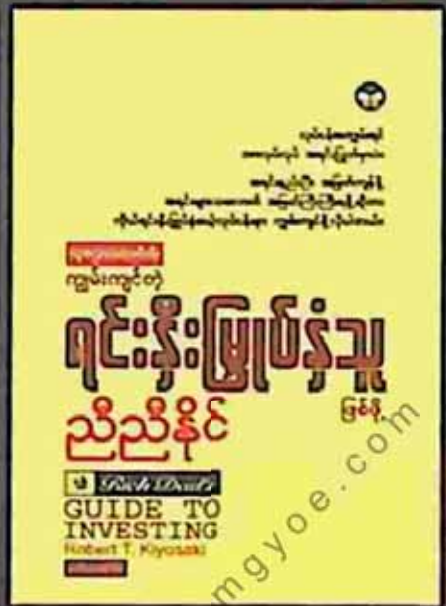
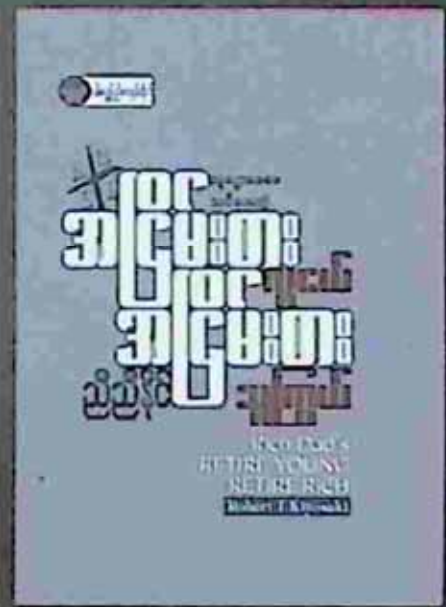
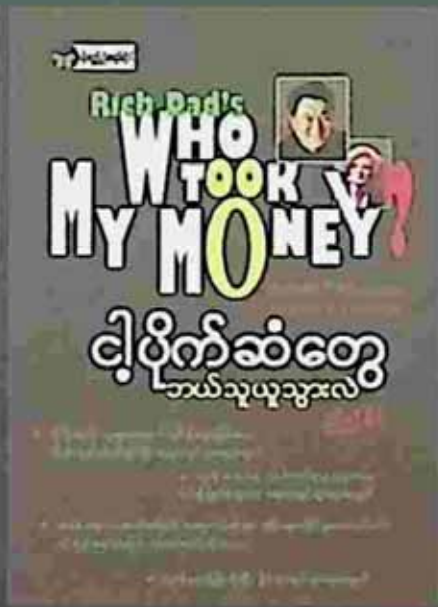
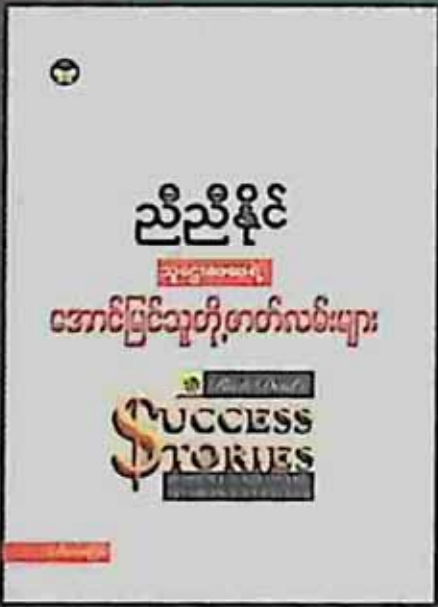
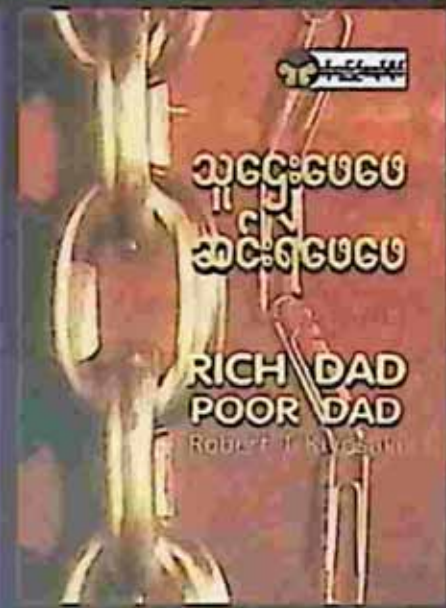
ဒုတိယအကြိမ် ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ထားသည်

Allan Pease

Body Language



မဂ်ယိုး. com မှာ ရရှိနိုင်သော စာအုပ်များ



တန်ဖိုး	၃၀၀၀ ကျပ်
အုပ်ရေ	၅၀၀ အုပ်
ဒုတိယအကြိမ်	၂၀၀၉ ခုနှစ် မေလ
မျက်နှာပုံ	ရဲရဲ
ထုတ်ဝေသူ	ဦးသိမ်းမင်း (၀၄၂၉၁) ပန်းရွှေပြည်စာအုပ်တိုက် ၃၃၄၊ ၈ လမ်း၊ ၁၁ ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပ၊ ရန်ကုန်မြို့။
ပုံနှိပ်သူ	ဒေါ်စုစုလှိုင် (၀၁၂၃၄) စုပုံနှိပ်တိုက် အမှတ် ၂၈၊ တာဝတိံသာလမ်း၊ ပုစွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။
စာမူခွင့်ပြုအမှတ်	၄၀၀၃၀၆၀၄၀၉
အပုံခွင့်ပြုအမှတ်	၄၀၀၃၁၀၀၄၀၉

ညီညီနိုင်

လူတွင်ကျယ်ဖို့ လူရည်လည်စို့/ညီညီနိုင်၊ -----ရန်ကုန်၊

ပန်းရွှေပြည်စာအုပ်တိုက်၊ ၂၀၀၉

စာ-၂၇၆ ၊ ၁၂.၅ x ၁၉ စင်တီ။

(၁) လူတွင်ကျယ်ဖို့ လူရည်လည်စို့

လူကဲခတ်ကောင်းသူဖြစ်စေဖို့
 လူရည်လည်စေဖို့
 လူလည်ကျတာ မခံရဖို့
 လူတောတိုးတတ်ဖို့
 လူတစ်လုံးသူတစ်လုံးဖြစ်ဖို့
 လူတိုင်း ဖတ်မှတ် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမည့်စာအုပ်

လူတွင်ကျယ်ဖို့ လူရည်လည်ဖို့

ညီညီနိုင်

ALLAN PEASE
 BODY LANGUAGE

ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများ

- * မူရင်းရေးသူ၏ စကား
- * ဘာသာပြန်သူရဲ့ စကား

အခန်း ၁

သိထားသင့်သော အခြေခံအချက်များ

အခန်း ၂

ပိုင်နက်နှင့် သတ်မှတ်နယ်ပယ်များ

အခန်း ၃

လက်ဝါး ဟန်ပန်များ

အခန်း ၄

လက်နှင့် လက်မောင်းတို့ပြောသော စကား

အခန်း ၅

လက်နှင့်မျက်နှာ ဆက်သွယ်ရာ၌

အခန်း ၆

လက်ပိုက်ခြင်းများ

အခန်း ၇

ခြေဟန်များ

အခန်း ၈	
ထင်ရှားသော လက်ဟန်ခြေဟန်နှင့် ကိုယ်အမူအရာများ	၁၄၁
အခန်း ၉	
မျက်လုံးကပြောသော စကားများ	၁၅၉
အခန်း ၁၀	
သွေးဆောင်ညှို့မြှူအမူအရာနှင့် အချက်ပြလက္ခဏာများ	၁၇၁
အခန်း ၁၁	
ဆေးပြင်းလိပ်၊ ဆေးတံ၊ စီးကရက်၊ မျက်မှန်	၁၈၂
အခန်း ၁၂	
အစိုးတရပိုင်ဆိုင်မှု သရုပ်များ	၁၈၉
အခန်း ၁၃	
ထပ်ကူးပုံများနှင့် မှန်ပြင်ရုပ်ပွားများ	၁၉၅
အခန်း ၁၄	
ကိုယ်ကိုနှိမ်ချ ဦးညွတ်ခြင်းနှင့် အဆင့်အတန်း	၂၀၀
အခန်း ၁၅	
မျက်နှာမူရာ ဦးတည်ရာ	၂၀၅
အခန်း ၁၆	
စားပွဲများနှင့် နေရာယူမှု	၂၁၉
အခန်း ၁၇	
အားပြိုင်ပွဲများ	၂၃၅
အခန်း ၁၈	
ဇာတ်ပေါင်းခန်းဖွင့်ရလျှင်	၂၄၂

မူရင်းစာရေးသူ၏ စကား

ကျွန်တော်သည် ‘ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကား’ (Body Language)ဆိုသော စကားလုံးကို ၁၉၇၁ ခုနှစ်အတွင်းက နှီးနှောဖလှယ်ပွဲတစ်ခုတွင် စတင် ကြားဖူးခဲ့ရ၏။ သို့နှင့်အမျှ ထိုဘာသာစကားပညာရပ်အကြောင်းကို ပိုသိချင်စိတ်များ တဖွားဖွားပေါ်လာခဲ့ရသည်။ ဟောပြောသူက လူးဝစ္စဗီးလ်တက္ကသိုလ်မှ ပါမောက္ခ Ray Birdwhistel သုတေသနလုပ်ထားသည့်အချက်အချို့ကို ပြောပြခဲ့သည်။ ထိုအထဲ၌ ကိုယ်အမူအရာ၊ မျက်နှာအမူအရာ၊ ဟန်ပန်အနေအထား၊ အထိုင်အထ၊ ကွာအဝေးများကိုသုံး၍ လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ဆက်သွယ်ပုံဆက်သွယ်နည်းများ ဝင်လာပါသည်။ ယင်းအချိန်တွင် ကျွန်တော်သည် ကော်မရှင်စား အရောင်းကိုယ်စားလှယ်အနေဖြင့် နှစ်အတန်ကြာလုပ်ကိုင်ခဲ့သလို၊ ဈေးရောင်းနည်းနှင့်ပတ်သက်၍ တော်တော်များများတီးမိခေါက်မိပြီး ဖြစ်နေပါပြီ။ ‘ဝါရင့်အရောင်းသမား’ဟု ဆိုနိုင်သည်။ သို့သော် ကျွန်တော် သိကျွမ်းနားလည်ခဲ့သောပညာများမှာ အသံမထွက်သောသွင်ပြင်လက္ခဏာ (ဝါ) မျက်နှာထားများ၏ ရှုပ်ထွေးနက်နဲမှုအကြောင်း ဘာ တစ်လုံးမျှ မပါခဲ့ပါ။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်၏ စူးစမ်းလေ့လာမှုများအရ ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကား (အင်္ဂါရုပ်ပညာ)နှင့်ပတ်သက်၍ သိစရာ အများအပြားကျန်ရှိနေဦးမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ ဤသည်မှာ ဖတ်ရှုရသောမှတ်တမ်းမှတ်ရာ၊ စာအုပ်စာတမ်းများက မပြည့်စုံဟု မဆိုလိုပါ။ လူများ၏အပြုအမူ အမူအရာ၊ အမူအကျင့်များကပင် လေ့လာသူများလိုက်မမိအောင် ဆန်းပြားနေ၍၊ ၎င်းတို့ တမင်လေ့ကျင့်လုပ်ယူခြင်းများမဟုတ်ဘဲ အမှတ်တမဲ့လုပ်ပြသည့်တိုင်အောင် အဓိပ္ပာယ်မဖော်နိုင်သေးခြင်းကို ပြောလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သုတေသီများအနေဖြင့် အမူအရာများ၏ရည်ရွယ်ချက်အမှန်ကို မှန်းဆနားလည်ရုံသာ တတ်နိုင်ပါသေးသည်။

ယခု ဤစာအုပ်တွင် ကျွန်တော်သည် ဦးဆောင်သိပ္ပံပညာရှင်များ၏လေ့လာ သုံးသပ်ချက်များနှင့် လူမှုဗေဒ၊ မနုဿဗေဒ၊ သတ္တဗေဒ၊ စိတ္တဗေဒ၊ ပညာရေး၊ မိသားစုပညာပေး နှစ်သိမ့်ဆွေးနွေးရေး၊ အရောင်းအဝယ်စီးပွားရေး၊ ညှိနှိုင်းရေး စသဖြင့် နယ်ပယ်အသီးသီးမှ ကျွမ်းကျင်ပါရဂူများ၏အတွေ့အကြုံများကို ပေါင်းစပ်ကာ အကျဉ်းချုံးတင်ပြထားပါသည်။

ထို့အတူ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များက ဩစတြေးလျ၊ အာရှနှင့် ပင်လယ်ရပ်ခြားတိုင်းပြည်များတွင် သွားရောက်ရိုက်ကူးခဲ့သော ဗီဒီယိုတိပ်ခွေ အမြောက်အမြားအပါအဝင်၊ ၁၅ နှစ်အတွင်း လူပေါင်းသောင်းချီ၍ ကျွန်တော်၏ တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့မှုများ၊ စုဆောင်းလေ့ကျင့်မှုများ၊ စီမံကွပ်ကဲ ရောင်းချခဲ့မှုများမှ အတွေ့အကြုံများကိုလည်း ထည့်ထားပါသည်။

သို့သော် ဤစာအုပ်မှာ ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အကုန်အစင် ရေးထားသည်ဟု မပြောလိုသကဲ့သို့၊ လူမှုဆက်ဆံရေးတွင် 'ဥုံဖွ' ဆိုရုံနှင့် လိုတရသောနည်းများလည်း ပါရှိမည်မဟုတ်ပါ။ စာအုပ်၏ရည်ရွယ်ချက်ကိုက စာဖတ်သူများအား မိမိကိုယ်တိုင်၏ အပြုအမူ ဟန်ပန်အမူအရာများ၊ သင်္ကေတများကို သတိပြုမိစေရန်နှင့် အချင်းချင်းဆက်သွယ်ရာတွင် ယခု ကြားခံပုံစံများကို မည်သို့ အသုံးပြုရမည်ဆိုသည်ကို နားလည်စေရန်သာဖြစ်ပါသည်။

ယခုစာအုပ်သည် ခြေလက်အမူအရာများနှင့် ကိုယ်အင်္ဂါစကား၏အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုချင်း မတူကွဲပြား သီးသန့်ခြားနားခြင်းကို စစ်ကြောပြဆိုထားပါသည်။ တစ်ပြိုင်တည်းတစ်ချိန်တည်းမှာပင် နားလည်မှုလွန်စေ၊ လွဲစေသောအချက်များကို ရှောင်ကြဉ်ဖို့ ကြိုးပမ်းခဲ့ရပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊ နှုတ်ဖြင့်အသံထွက်သော ဆက်သွယ်မှုသည် လူများ၏ အမူအရာ၊ စကားလုံး၊ လေသံ၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများပေါင်းစပ်ပါဝင်သော ဖြစ်စဉ်တစ်ရပ်ဆိုလည်း မမှားပါ။

လက်အစုံကို မြှောက်လိုက်ခြင်းသည် ကြောက်လန့်တကြားလုပ်မိခြင်း ဖြစ်နိုင်သလို၊ ရဲဝံ့ခြင်း၊ ခြောက်လှန့်ခြင်း၊ ဩဇာလွှမ်းမိုးခြင်း စသဖြင့် အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုးရှိကြောင်း သိပ္ပံနည်းကျသိရပါသည်။

ဤစာအုပ်အားဖြင့် စာဖတ်သူများမှာ မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မိတ်သင်္ဂဟများနှင့်ဆက်သွယ်ရာတွင် ထဲထဲဝင်ဝင်ပိုရှိနိုင်ပြီး၊ မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားလူများအပေါ် နားလည်မှုတစ်ခု အလေးအနက်ရလာနိုင်ပါသည်။ နားလည်မှုက လူမှုဆက်ဆံရေးကို တစ်စုံတစ်ရာ အတိုင်းအတာအထိ လွယ်ကူစေသလို၊ နားလည်မှုခေါင်းပါးခြင်းနှင့် အသိပညာနည်းပါးခြင်းတို့က ကြောက်ရွံ့မှုနှင့် အယူသီးမှုတို့ကို ဖြစ်စေရုံသာမက လူတစ်ဘက်သားအပေါ်တွင် အပြစ်မြင်ဝေဖန်မှုများကို ဖန်တီးပေးပါသည်။

ငှက်ခတ်သမား ငှက်မုဆိုးတစ်ယောက်သည် ငှက်များကို စောင့်ကြည့်နေမည်မဟုတ်ဘဲ တန်းပစ်ချပြီး ဆုလာဘ်အဖြစ်အောင်ပွဲခံမည်သာ ဖြစ်၏။ ထိုနည်းအတူ အသံမထွက်သောဆက်သွယ်ရေးဘာသာရပ်တွင် တတ်သိကျွမ်းကျင်မှုရှိသောသူသည် အခြားလူတစ်ယောက်နှင့် တွေ့တိုင်းဆုံတိုင်း စိတ်လှုပ်ရှားစရာအတွေ့အကြုံအဖြစ် မှတ်ယူဖို့ရှိ၏။

ဤစာအုပ်သည် အရောင်းအဝယ်သမားများ၊ အရောင်းမန်နေဂျာများ၊ ကုမ္ပဏီတာဝန်ခံ၊ အမှုဆောင်များအတွက် လက်စွဲစာအုပ်အဖြစ်ရည်ရွယ်ကြောင်း နောက်ဆုံးအနေဖြင့် အရိုးခံအတိုင်းပြောဆိုလိုပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် လူတစ်ယောက်အဖို့ ၁၀ နှစ်ခန့် အချိန်ယူပြီးလေ့လာစုဆောင်းရမည့်ဘာသာရပ်များကို ဖတ်ရှုနိုင်သလို၊ မည်သူမဆို မိမိ၏ဘဝ၌ အကျိုးရှိရှိ အသုံးပြုနိုင်မည်ဟုလည်း ထင်မြင်ယူဆမိပါကြောင်း။

ALLAN PEASE

ဘာသာပြန်သူရဲစကား

‘လူရည်လည်ဖို့ လူတွင်ကျယ်ဖို့’ဆိုတာ လူလည်ကျဖို့၊ လူတွင်ကျယ်လုပ်ဖို့ ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ် မဟုတ်ပါဘူး။ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ ကျင်လည်ဖို့၊ လည်လည်ပတ်ပတ် ပါးပါးနပ်နပ်နှင့် လူရာဝင် တွင်တွင်ကျယ်ကျယ်နေရာရဖို့ ဆိုလိုရင်းသာ ဖြစ်ပါတယ်။

က- အဲဒါပဲ ကြည့်။ ပြောတဲ့စကား၊ ရေးတဲ့စာ၊ လုပ်တဲ့ လှုပ်ရှားမှုတွေမှာ အနက်အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး ထွက်တတ်တာထင်ရှားနေပါပြီ။

ဝေါဟာရဗေဒသဘောအရ ‘အနက်အဓိပ္ပာယ်’ လို့ တစ်တွဲတည်းသုံးကြတဲ့ တိုင်အောင် အနက်နှင့် အဓိပ္ပာယ် မတူပါဘူး။ ‘အနက်’ဆိုတာ တိုက်ရိုက် သို့မဟုတ် လုံးကောက်ဖွင့်ဆိုတာ (Translation)ဖြစ်ပြီး၊ ‘အဓိပ္ပာယ်’ဆိုတာက ရည်ရွယ်ချက်၊ ဆိုလိုရင်း၊ သက်ရောက်မှုကိုရှင်းချက်ထုတ် (Definition)လုပ်တာ လို့ပြောရင် မမှားဘူးထင်ပါရဲ့။

ဒီစာအုပ်ကလည်း ကိုယ်အမူအရာဘာသာစကားနှင့်ပတ်သက်တဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်တွေကို ဖွင့်ဆိုရှင်းပြရေးထားတာပါ။

ဥပမာ ဒီနေ့သုံးနှုန်းနေတဲ့ စကားတစ်လုံး ‘လက်ဖက်ရည်သောက်ရအောင်’ လို့ တစ်ယောက်ကခေါ်တယ် ဆိုပါတော့။ ကျန်တစ်ယောက်က ‘ရပါတယ်’လို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။ ‘ရပါတယ်’ဆိုတဲ့စကားမှာ အဓိပ္ပာယ် ၂ ခွထွက်နေတာ တွေးကြည့်ရင်သိနိုင်ပါတယ်။ ‘မသောက်တော့ပါဘူး’ ဒါမှမဟုတ် ‘သောက်

တာပေါ့' လို့ပါပဲ။ 'လာလေ'၊ 'ကောင်းသားပဲ'၊ 'ကျွန်တော် သောက်ပြီးပါပြီ' ဆိုတဲ့ နောက်ဆက်တွဲစကားစုပါမှ အဓိပ္ပာယ်ရှင်းသွားတတ်တာ မဟုတ်ပါလား။ ဒီထက် ပိုရှင်းတာက လူကိုယ်တိုင် လက်ဆွဲ၊ ခြေဦးလှည့်၊ ဝင်ထိုင်လိုက်ပြီဆိုရင်တော့ ဘာ ထပ်ပြောစရာ လိုတော့မလဲ။

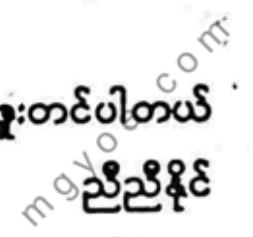
ဒီအတိုင်းပါပဲ။ 'ဒုတိယအကြိမ်' ဆိုတဲ့စကားက 'ထပ်ရိုက်တာ' လို့ အနက် ပြန်စရာမလိုအောင် သူ့ဟာနှင့်သူ ရှင်းနေပေမယ့် 'လူကြိုက်များတဲ့စာအုပ်' 'ရောင်း ကောင်းလို့ထပ်ထုတ်ရတယ်' ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်က နောက်ဆက်တွဲကပ်ပါပြီး ဂုဏ်ဖော် နေတယ် ဆိုရမှာပါ။

ကိုယ်အမူအရာဘာသာစကားအရ 'အပြုံး' ဆိုရာမှာလည်း ပြုံးရုံကလေး ပြုံးပြီး နှုတ်ဆက်တဲ့အပြုံး၊ လှိုက်လှဲဖော်ရွေတဲ့အပြုံး၊ စိတ်မပါတဲ့ ဝတ်ကျေ တန်းကျေအပြုံး၊ မခိုးမခန့်အပြုံး၊ ပီတိပြုံး စသဖြင့် အဓိပ္ပာယ်အထွေထွေကွဲပြား နေတတ်တာကလား။

ဒီစာအုပ်မှာ မူရင်းရေးတဲ့ပညာရှင်ဆရာက အဲသလို (ဘာလုပ်လိုက်တာ၊ ဘယ်လိုအဓိပ္ပာယ်ပဲလို့) သရုပ်ခွဲဖွင့်ဆိုထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ လူလူချင်းဆက်ဆံ ရေးမှာ မသိမဖြစ် နားလည်ထားရမယ့်အချက်တွေ၊ ရှောင်ရန်ဆောင်ရန်တွေမို့ တန်ဖိုးရှိလှပါတယ်။ ဒါကို ထဲထဲဝင်ဝင် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်သဘောပေါက်ထားရင် အားလုံးအဆင်ပြေသွားမှာ သေချာပါတယ်။

လူကလူကို လူလိုနားလည်ပါမှ လူတောထဲတိုးပြီး လူတစ်လုံးသူတစ်လုံး အောင်မြင်သူ လူထိပ်တန်း ဖြစ်ရပါလိမ့်မယ်။ 'လူရည်လည်ဖို့ လူတွင်ကျယ်ဖို့' ဟာ အထက်တန်းကျကျ မျက်နှာပန်းလှလှနှင့် လူဖြစ်ရေး ဆိုတဲ့ကောင်းသောအနက်၊ လှပသောအဓိပ္ပာယ်အားဖြင့် လူမှုရေးအကျိုးပြုစာအုပ်တစ်အုပ်ဖြစ်လို့ ဖတ်၊ မှတ်၊ လေ့လာ၊ ကျင့်ဆောင်၊ လက်စွဲထားသင့်ကြောင်း ထပ်လောင်းသတင်းပေးရင်း စာဖတ်သူကို ကြိုဆိုလိုက်ရပါတယ်။

ကျေးဇူးတင်ပါတယ်
ညီညီနိုင်



လူကံခတ်ကောင်းသူဖြစ်စေဖို့
 လူရည်လည်စေဖို့
 လူလည်ကျတာ မခံရဖို့
 လူတောတိုးတတ်ဖို့
 လူတစ်လုံးသူတစ်လုံးဖြစ်ဖို့
 လူတိုင်း ဖတ်မှတ် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမည့်စာအုပ်

လူတွင်ကျယ်ဖို့ လူရည်လည်ဖို့

ညီညီနိုင်

အခန်း-၁

သိထားသင့်သော အခြေခံအချက်များ

ကျွန်တော်တို့ဟာ ၂၀ ရာစု ကုန်ဆုံးခဲ့တာနှင့်အမျှ လူမှုရေးသိပ္ပံပညာ အသစ်တစ်မျိုးဖြစ်တဲ့ အသံမဲ့ဘာသာဗေဒရဲ့ အရေးပါမှုကို တွေ့မြင်ခဲ့ကြပါပြီ။

ငှက်အကြောင်းလေ့လာသူဟာ ငှက်တွေနှင့် သူတို့ရဲ့အပြုအမူတွေကို စောင့်ကြည့်နေရတာနှင့်တင် အားရပီတိဖြစ်နေကြသလိုပဲ၊ အသံမဲ့ဘာသာဗေဒ ပညာရှင်ကလည်း လူတွေရဲ့ အသံမထွက်၊ စကားပြောမပါတဲ့ အချက်ပြမှုတွေကို ကြည့်နေရတာကိုပဲ ကျေနပ်တတ်ကြပါတယ်။

သူဟာ လူတွေကို ပွဲလမ်းသဘင်တွေ၊ ပင်လယ်ကမ်းခြေအပန်းဖြေစခန်းတွေ၊ ရုပ်မြင်သံကြားတွေ၊ ရုံးဌာနတွေ၊ လူအချင်းချင်း တွေ့ဆုံဆက်ဆံရာနေရာ မှန်သမျှတွေမှာ စောင့်ကြည့်လေ့လာစမြဲပါပဲ။

သူဟာ သူနှင့်ဘဝတူ လူသားတွေရဲ့အမူအရာတွေအကြောင်း လေ့လာ သင်ကြားနေတဲ့ ကျောင်းသားတစ်ယောက်ဖြစ်ခဲ့ရာက၊ သူ့အကြောင်းကိုပါ ပိုပြီး သဘောပေါက်သွားတဲ့အပြင်၊ တခြားလူတွေနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံတာ ဘယ်လို တိုးတက်အောင်လုပ်ရမလဲ ဆိုတာကိုပါ နားလည်သွားနိုင်ပါတယ်။

မယုံနိုင်စရာကောင်းအောင် ဖြစ်ရပုံက လူ့သမိုင်းတိုးတက်ပြောင်းလဲမှု နှစ်သန်းပေါင်းများစွာ ကြာမြင့်ပြီးတဲ့နောက် ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်လောက်ကျမှ အသံ မထွက်တဲ့အရိပ်အခြည်တွေနှင့် ဆက်သွယ်မှုတွေကို နီးနီးကြားကြား တက်တက် ကြွကြွ သတိပြုလေ့လာခဲ့မိကြတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

mg

ပြီးတော့လည်း ၁၉၇၀ ပြည့်နှစ်မှာ ဂျူးလီယက်စ်ဖတ်စ်က ကိုယ်အမူအရာ ဘာသာစကားအကြောင်း စာတစ်အုပ်ရေးထုတ်လိုက်ခါမှ လူများစုက အာရုံစိုက် လာမိကြတယ်လို့ ဆိုရမှာပါ။

ဒါဟာ စကားမပြော၊ အသံမထွက်ဘဲ ဆက်သွယ်မှုနှင့်ပတ်သက်လို့ အပြုအမူဆိုင်ရာပညာရဲ့ နောက်ခံသမိုင်းအကျဉ်းပါပဲ။

ဒီနေ့ထက်ထိတော့ လူအတော်များများအနေဖြင့် ကိုယ်အမူအရာဘာသာ စကားရှိနေမှန်း မသိကြသေးသလို၊ အမှတ်မဲ့ လျစ်လျူရှုမိလျက်သား ဖြစ်နေ ကြဆဲပါ။ သူတို့ဘဝမှာ ကိုယ်အမူအရာရဲ့အရေးပါမှုကို ဖာသိဖာသာပစ်ပယ် ထားဆဲရှိတာ တွေ့ရပါတယ်။

ချာလီချက်ပလင်နှင့် အသံတိတ်ရုပ်ရှင်ခေတ်က တခြား သရုပ်ဆောင် အများအပြားဟာ အသံမထွက်ဘာသာစကားနှင့် ဆက်သွယ်ပြောကြားမှုကို ကျွမ်းကျွမ်းကျင်ကျင်ပြသနိုင်ခဲ့ကြတဲ့ ကနဦးရှေ့ဆောင်သူများပါပဲ။ ဒါပေမယ့် သူတို့ဟာ ရုပ်ရှင်ပိတ်ကားပေါ်မှာပြဖို့သာ ရည်ရွယ်လှုပ်ရှားခဲ့ကြတာ ဖြစ်ပါ တယ်။

သရုပ်ဆောင်တစ်ဦးချင်းကို သူတို့ရဲ့မျက်နှာအမူအရာ၊ လက်ဟန်ခြေ ဟန်တွေနှင့် တခြား ကိုယ်အင်္ဂါအချက်ပြလက္ခဏာတွေရဲ့ ထိရောက်တဲ့ဆက် သွယ်ပြသချက်တွေအပေါ် မူတည်ပြီး၊ တော်၏၊ မတော်၏ သတ်မှတ်ကြပါတယ်။

နောက် အသံထွက်ရုပ်ရှင်တွေ တွင်ကျယ်လာရာက အသံမထွက်ဘဲ သရုပ်ဖော်ပြရတဲ့သွင်ဟန်တွေ လျော့နည်းသွားတယ်။ အသံတိတ် ရုပ်ရှင်သရုပ် ဆောင် အတော်များများလည်း တိမ်ကောပျောက်ကွယ်သွားရပါတယ်။ သူတို့ အစား အသံထွက်စကားပြောကျွမ်းကျင်သူတွေ ပေါ်ထွန်းလာပါတော့တယ်။

ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားအကြောင်း နည်းနာတကျလေ့လာမှုတွေ ထဲထဲ ဝင်ဝင်လုပ်လာကြရာမှာ ၁၈၇၂ခုနှစ်မှာ ထုတ်ဝေတဲ့ ချားလ်စ်ဒါဝင်ရဲ့ ‘လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ စိတ်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ဟန်အမူအရာများ’ ဆိုတဲ့စာအုပ်ဟာ အထင်ရှားဆုံးပါပဲ။

အဲဒီစာအုပ်က မျက်နှာအမူအရာတွေ၊ မျက်နှာရိပ်မျက်နှာကဲတွေ၊ ကိုယ် အင်္ဂါဘာသာစကားတွေနှင့် ဒါဝင်ရဲ့အယူအဆ စမ်းသပ်လေ့လာချက်တွေ အတော် များများပါတာမို့ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးက သုတေသီတွေ လက်စွဲပြုနေတုန်းပါ။

အဲဒီအချိန်ကတည်းက သုတေသီတွေဟာ စကားသံမဟုတ်တဲ့ အရိပ် လက္ခဏာတွေ၊ အချက်ပြမှုတွေ ၁ သန်းနီးပါးရှိခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိမှတ်တမ်း တင်ခဲ့ကြပါတယ်။

အဲလ်ဘတ်မက်ရာဘီယန်^၁ က ‘တွေ့ဆုံအသိပေးမှုတစ်ခုမှာ ၇ ရာခိုင်နှုန်း သာ စကားသံပါပြီး (စကားလုံးတွေသုံးပြီး)၊ ၃၈ ရာခိုင်နှုန်းဟာ မြည်သံတွေ (လေယူလေသိမ်း၊ အသံအနိမ့်အမြင့်၊ တက်သံကျသံတွေ၊ တခြားအသံပြုမှုတွေ) ဖြစ်တယ်။ ၅၅ ရာခိုင်နှုန်းကတော့ အသံမထွက်တဲ့ ဘာသာစကားနှင့် ပြသ ပြောကြားတာ’လို့ တွေ့ရှိ ဖော်ထုတ်ခဲ့ပါတယ်။

ပါမောက္ခ ဘတ်ဒ်ဝှစ်တဲလ်^၂ ကလည်း လူလူချင်း တွေ့ဆုံဆက်ဆံရာမှာ ပါဝင်အသုံးပြုတဲ့ စကားမဟုတ်တဲ့ဆက်သွယ်မှု အရေအတွက်ကို အလားတူပဲ ခန့်မှန်းပါတယ်။

သူက ‘လူအသီးသီးဟာ တစ်နေ့ကို ပျမ်းမျှ ၁၀ မိနစ်မှ ၁၁ မိနစ်လောက် သာ စကားလုံးတွေ သုံးနှုန်းပြောဆိုကြပြီး၊ စကားတစ်ကြောင်းဟာ ၂ စက္ကန့် ခွဲလောက်သာ ရှိတယ်’လို့ ဆိုပါတယ်။

သူဟာ မက်ရာဘီယန်လိုပဲ ‘မျက်နှာချင်းဆိုင်တွေ့ဆုံပြောဆိုမှုမှာ အသံ ထွက်စကားနှင့် အထောက်အကူပြုတာ ၃၅ရာခိုင်နှုန်းထက်နည်းပြီး၊ ၆၅ရာခိုင်နှုန်း

၁ The Expression of the Emotions in Man and Animals
၂ Albert Mehrabian
၃ Birdwhistell



ကျော်ကျော်သော ဆက်သွယ်မှုများကတော့ စကားမပြောဘဲလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြတာ' လို့ ထုတ်ဖော်ခဲ့ပါတယ်။

သုတေသီအားလုံးလိုလို အကြမ်းဖျင်းသဘောတူထားကြတာက သတင်းပေးပို့ချက်တွေ သယ်ဆောင်ရာမှာ 'အသံထွက်စကားလမ်းကြောင်းကို အရင်းခံကျကျအသုံးပြုပြီး၊ စကားမပြောဘဲ ကိုယ်အင်္ဂါလှုပ်ရှားမှုလမ်းကြောင်းကတော့ အတွင်းစိတ်သဘောထားကိုဖော်ညွှန်းဖို့ အသုံးပြုပါတယ်။ တစ်ခါတရံလည်း နှုတ်ကဖွင့်ပြောမယ့် စကားတွေကို အစားထိုးပြသရာ ရောက်ပါတယ်'။

ဥပမာ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ဟာ ယောက်ျားတစ်ယောက်ကို မျက်မှန်းကျိုးသလို စိမ်းကားတဲ့သဘောကိုထုတ်ဖော်ရာမှာ တစ်ခွန်းမျှမဟာဘဲနှင့် မျက်လုံးအကြည့်နှင့်ပဲ အရှင်းသားပြဆိုနိုင်တာမျိုးပါ။

ဒီလိုအတပ်သိနိုင်စွမ်းအရ ကျွမ်းကျင်သူတစ်ယောက်ဟာ ယဉ်ကျေးမှု၊ စကားလုံး၊ ပြုမူပုံတွေကိုမကြည့်ဘဲ တခြားလူတစ်ယောက်ရဲ့အသံကို နားထောင်ရုံနှင့် သူဟာ ဘယ်လိုလှုပ်ရှားနေတယ်ဆိုတာ ပြောနိုင်တယ်လို့ ပါမောက္ခဘတ်ဒ်ဂွမ် တဲလ်က ဆိုပါတယ်။

လူသားတွေဟာ ဇီဝဗေဒအားဖြင့် တိရစ္ဆာန်ဆန်ဆန်အဆင့်မှာရှိနေတုန်းပဲ ဆိုတာကို လူအတော်များများက လက်ခံဖို့ခဲယဉ်းနေတာ တွေ့ရပါတယ်။

လက်ရှိ အသိဉာဏ်ဖွံ့ဖြိုးပြီးသားလူဆိုတာ ပရိုင်းမိတ်* ခေါ် အမွှေးမရှိတော့ဘဲ ခြေ ၂ ဖက် ထောက်သွားနေပေမယ့်၊ ပါးနပ်လိမ္မာမှုနှင့် ကြိုတင်တွက်ဆ တတ်တဲ့ဦးနှောက် ရှိနေပြီဖြစ်တဲ့ လူဝံတွေဘဝက တစ်ဆင့်တက်လာတာပဲ မဟုတ်လား။

ကျွန်တော်တို့ဟာ တခြားမျိုးနွယ်စုတွေအတိုင်း လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ တုံ့ပြန်မှုတွေ၊ ခြေလက်အမှုအရာဟန်ပန်တွေ၊ ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားတွေကို ထိန်းချုပ်တဲ့ ဇီဝဗေဒဆိုင်ရာစည်းကမ်းချက်တွေရဲ့ သြဇာလွှမ်းမိုးမှုကို ခံနေကြရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

* primate



ထူးဆန်းတာက လူသတ္တဝါဟာ သူ့ရဲ့ကိုယ်နေကိုယ်ထားဟန်ပန်တွေ၊ လှုပ်ရှားမှုတွေ၊ အပြုအမူတွေ၊ ခြေလက်အမူအရာတွေကို ပြောနေတဲ့အသံနှင့် ဖောက်လွဲ ဖောက်ပြန်လုပ်ပြီး တခြားအကြောင်းအချက်တွေကို ပြသနေတတ် တယ်ဆိုတာ ဂရုပြုမိတာပါပဲ။

**အကင်းပါးခြင်း၊
စိတ်ဖြင့်သိခြင်း၊
ခံစားသိခြင်း**

အာရုံခံကောင်းပြီး အကင်းပါးတယ်။ စိတ်ကို ထိုးထွင်းသိတယ်ဆိုတာ တွေဟာ ပညာရပ်ဆိုင်ရာရှုထောင့်ကကြည့်ရင်၊ ‘ဒီပုဂ္ဂိုလ်ဟာ လူတစ်ယောက်ရဲ့ အသံမထွက်တဲ့အရိပ်လက္ခဏာတွေကို ဖတ်ပြီး နှုတ်ကလှုပ်ရှားမှုနှင့် နှိုင်းယှဉ် အဖြေညှိရာမှာ ကျွမ်းကျင်တယ်’လို့ ဆိုလိုတာပါပဲ။

တစ်နည်းပြောရရင် တစ်ယောက်ယောက်က လိမ်ပြောလာတဲ့အခါ ‘သူ လိမ်နေမှန်း ကျွန်တော်တို့ အလိုလိုသိနေတယ်’၊ ဒါမှမဟုတ် ‘အကြောတွေ ရုန်းထလို့ ခံပြင်းတယ်’လို့ ပြောတတ်ကြပါတယ်။ ဒီအဓိပ္ပာယ်က ဒီလူရဲ့နှုတ် ပြောစကားတွေနှင့် သူ့ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားတွေ အံ့မကိုက်ဘဲလွဲချော်နေတာ ကို အကဲခတ်မိလို့ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အလားတူပဲ၊ အပြောအဟောသမားတွေဟာလည်း ပရိသတ်ရဲ့အာရုံကို အမိဖမ်းပြီး၊ သူတို့လိုသလို ဆွဲခေါ်ကြ၊ လူထုကို သိမ်းစုကြစမြဲပါ။ နမူနာပြုရ ရင်တော့ ကျောမီထိုင်နေကြပြီဆိုရင် အကင်းပါးတဲ့အပြောအဟောသမားက သူ့စကားတွေ ပရိသတ်ထဲမတိုးဘူးဆိုတာ တန်း၊ သိလိုက်တာပါပဲ။ ဒါဆို သူက ပရိသတ်လှုပ်ကြွလာစေမယ့် ဟောကွက်ပြောကွက်တွေပြောင်းဖို့၊ ပုံစံသစ်တစ်မျိုး သုံးဖို့ လိုအပ်ပြီလို့ သတိဝင်လာပါလိမ့်မယ်။ အကင်းမပါးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ပရိသတ် ဖြစ်ချင်တာဖြစ်၊ နေချင်သလိုနေ ဇွတ်တိုးပြီးပြောနေမှာပါပဲ။

အမျိုးသမီးတွေဟာ အမျိုးသားတွေထက် ပိုပြီးအကင်းပါတယ်လို့ ယေဘုယျအားဖြင့် ဆိုနိုင်ပါတယ်။ အမျိုးသမီးတွေ ထိုးထွင်းဉာဏ်ကောင်းတယ် ဆိုတာ ဒီလိုအကင်းပါးတဲ့အချက်ကို ရည်ညွှန်းတာဖြစ်ပါတယ်။ အမျိုးသမီး တွေမှာ အသေးအဖွဲ့လေးမကျန် စေ့စေ့စပ်စပ်မြင်တတ်တဲ့မျက်လုံးတွေ ရှိသလို၊ အသံမထွက်၊မပြောတဲ့ အချက်ပြသင်္ကေတတွေကို ဖမ်းယူအဓိပ္ပာယ်ကောက်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ကလည်း မွေးကတည်းက ပါလာကြလေရဲ့။ ဒါကြောင့်မို့လည်း လင် ယောက်ျားအနည်းငယ်သာ သူတို့ရဲ့ဇနီးမယားတွေကို လိမ်လည်လှည့်စားနိုင်ကြ တာ ဖြစ်ပါတယ်။

ပြောင်းပြန်ဆိုရရင် မိန်းမအများစုဟာ ယောက်ျားတစ်ယောက်ရဲ့မျက်ခုံး မွေးပေါ် စင်္ကြံလျှောက်ရင်းက အဲဒီလူတောင်မသိလိုက်ဘဲ မျက်ခုံးမွေးကို ဆွဲ နုတ်သွားနိုင်ပါတယ်။ ဒီလို မိန်းမသားတွေရဲ့ အလိုအလျောက်စိတ်ဖြင့် ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်စွမ်းဟာ သားသမီးကလေးငယ်တွေကို ကြီးပြင်းအောင်ထိန်းကျောင်း ခဲ့တဲ့အမျိုးသမီးတွေမှာ ပိုပြီးသိသာထင်ရှားပါတယ်။

ကလေးအရွယ်မရောက်ခင် နှစ်ကာလတွေမဟာ မိခင်ဟာ သူ့ကလေး နှင့် စကားသံမပါဘဲ၊ ခြေဟန်လက်ဟန်အမူအရာတွေကိုသာ အရိပ်အကဲဖမ်းပြီး နားလည်ရတဲ့ အသံမထွက်ဆက်သွယ်ရေးကိုပဲ အားပြုဆက်ဆံခဲ့ရတာ မဟုတ် ပါလား။ ဒါဟာပဲ အမျိုးသမီးတွေ အကင်းပါးပြီး ထိုးထွင်းဉာဏ်အရာမှာ အမျိုးသားတွေထက် ပိုသာခဲ့တဲ့ ညှိနှိုင်းဖြေရှင်းရေးသမားကောင်းတွေ ဖြစ်လာရတဲ့ အကြောင်းတစ်ရပ်လို့ ဆိုရမှာပါ။

မွေးရာပါ ညဉ့်၊ မျိုးရိုးဗီဇ၊
 သင်ကြားတတ်မြောက်မှုနှင့်
 ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အချက်ပြလက္ခဏာများ

ပါးစပ်နှင့်မပြောတဲ့ အချက်ပြလက္ခဏာတွေဟာ မွေးရာပါသန္ဓေလား၊ သင်ယူတတ်မြောက်တာလား၊ မျိုးရိုးဗီဇအလျောက် လက်ဆင့်ကမ်းအမွေရခဲ့



တာလာ: ဆိုတဲ့ပြဿနာကို သုတေသနပြုရင်း အချေအတင်ဆွေးနွေးရင်း တွေ့ရှိဖော်ထုတ်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီပြဿနာကိုအဖြေထုတ်ဖို့ သက်သေအထောက်အထားတွေ စုဆောင်းခဲ့ရာမှာ နှုတ်စကားမဟုတ်သော အချက်ပြလက္ခဏာတွေကို သင်ယူနိုင်ခွင့်မရခဲ့တဲ့ မျက်မမြင်တွေ၊ နားမကြားသူတွေ၊ ယဉ်ကျေးမှုလေ့ထုံးစံ မတူကြတဲ့ လူမျိုးအသီးသီးရဲ့ ခြေလက်ပြုမှု လှုပ်ရှားပုံတွေ၊ လူအုပ်စုဝင်လူဝံတွေ မျောက်တွေကို စနစ်တကျ စူးစမ်းလေ့လာခဲ့ကြပါတယ်။

ဒီသုတေသနသမားများရဲ့ ကောက်ချက်တွေကတော့ တစ်ချို့ခြေဟန်လက်ဟန်တွေဟာ တသဘောတည်းရှိနေတာကို ညွှန်ပြခဲ့ပါတယ်။ ဥပမာ မွေးကင်းစကလေးတွေဟာ အမိဝမ်းကကျွတ်ခါစမှာတင် လက်စုပ်တတ်နေပါပြီ။ ဒါဟာ မွေးရာပါသန္ဓေဖြစ်သလို၊ မျိုးရိုးဗီဇကိုလိုက်ပြီးတော့ လုပ်တတ်ကြောင်းလည်း တွေ့ရပါတယ်။

ဂျာမန်သိပ္ပံပညာရှင် အစ်ဘဲလ် အီဘက်စဖဲလ်ဒ်က 'ပြုံးတဲ့အမူအရာဟာ မျက်မမြင်နှင့် ဆွံ့အ၊နားမကြားကလေးတွေမှာ မွေးစကတည်းက ပါလာတာပါတဲ့။

ဒီတော့ ပြုံးတာဟာ အထူးတလည် သင်ယူနေစရာမလို၊ အတုခိုးတာမဟုတ်ဘဲနှင့် မွေးရာပါအမူအရာ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုရမှာပါပဲ။

အက်ခ်မင်း^၂၊ ဖရိုင်ဆန်^၃၊ ဆိုရင်ဆန်^၄ တို့ကလည်း ဒါဝင်ရဲ့ မူလယုံကြည်ချက်ဖြစ်တဲ့ 'မွေးရာပါဟန်ပန်'နှင့်ပတ်သက်လို့ ယဉ်ကျေးမှုလေ့ထုံးတမ်းမတူကြတဲ့ လူမျိုးခြားအုပ်စု ၅ အုပ်စုရဲ့ မျက်နှာအမူအရာတွေကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လေ့လာပြီးတဲ့နောက် အပြည့်အဝထောက်ခံခဲ့ကြပါတယ်။

လူမျိုးအသီးသီးဟာ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကိုဖော်ပြဖို့အတွက် တစ်ထပ်တည်း

၁ Eibl-Eibesfeldt
၂ Ekman
၃ Friesen
၄ Sorenson



သော မျက်နှာထားဟန်အမူအရာကို အသုံးပြုကြပြီး၊ ဒီအချက်က သူတို့ရဲ့မွေးရာပါ ဟန်ပန်တွေအဖြစ်ထင်ရှားကြောင်း တွေ့ရှိခဲ့ကြပါသတဲ့။

တကယ်လို့ ခင်ဗျားဟာ လက် ၂ဖက် ရှေ့ပိုက်ပြီ ဆိုပါတော့။ ညာလက် ပေါ် ဘယ်လက် ထပ်သလား၊ ဘယ်လက်ပေါ် ညာထပ်သလား။ လူများစုကတော့ သူတို့ ဘယ်နည်းဘယ်ပုံ လက်ပိုက်လိုက်မိတယ်ဆိုတာကိုတောင် သတိထားမိကြ မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဘာကြောင့် ဒီလိုလုပ်မိတယ်ဆိုတာကိုလည်း နားလည်ကြမယ် မထင်ပါဘူး။

‘အမှတ်တမဲ့ နေသာသလို၊ ကြုံသလိုပိုက်ထားလိုက်တာပဲ’ ဆိုတဲ့ အဖြေ ဟာ မှန်ကန်လုံလောက်တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါမလား။

ထင်ရှားတဲ့ဘာသာစကားတွေအရတော့ ‘လက်ပိုက်တဲ့ပုံစံတွေဟာ မျိုးရိုး ဗီဇအလိုက် တစ်သမတ်တည်းရှိတတ်ကြတယ်’ ဆိုပါတယ်။

မျက်နှာယူမျက်နှာပေး၊ ခြေဟန်လက်ဟန်တစ်ချို့ဟာ ယဉ်ကျေးမှုရိုးရာ ဓလေ့အလျောက် ဆင့်ပွားသင်ယူခဲ့ရာက အကျင့်ပါလာကြတာလား။ ဒါမှမဟုတ် မျိုးရိုးဗီဇကို လိုက်သလား ဆိုတာတော့ ခုထက်ထိ အငြင်းပွားနေကြတုန်းပါပဲ။ ဥပမာဆောင်ရရင် ယောက်ျားအတော်များများအနေဖြင့် ကုတ်အင်္ကျီကို ညာဘက် လက်ပေါ် တင်တတ်ကြပြီး၊ မိန်းမအတော်များများကတော့ ဘယ်လက်ပေါ် တင်တတ်ကြတာမျိုးပါပဲ။

လမ်းပေါ်မှာ မိန်းမတစ်ယောက် ဖြတ်ကျော်သွားတာကို ယောက်ျား တစ်ယောက်က သူ့ကို လှည့်ပြီးကြည့်မိချိန်မှာ အမျိုးသမီးကတော့ သူမကိုယ်ကို အဲဒီလူအကြည့်တွေကလွတ်အောင် ရှောင်ပြေးသွားလေ့ ရှိပါတယ်။ ဒါဟာ မိန်းမ တွေရဲ့ မွေးရာပါအကျင့်နှင့် တုံ့ပြန်ချက်လား။ တခြားမိန်းမတွေဆီက အတုမြင် အတတ်သင့်ဆိုသလို မသိစိတ်အရတတ်ခဲ့တာလား။

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ စကားမပြောတဲ့အပြုအမူတွေဟာ အများအားဖြင့် တစ်ဆင့် သင်ကြားခဲ့တာဖြစ်ပြီး၊ လှုပ်ရှားမှုနှင့် ခြေ၊လက်၊မျက်နှာဟန်ပန်တွေရဲ့ အဓိပ္ပာယ် တွေကို လူမျိုးအလိုက် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံအရ သတ်မှတ်ပေးခဲ့ကြတာလည်း တွေ့ရပါတယ်။

ကဲ၊ အဲဒီကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားတွေရဲ့ သွင်ပြင်သဏ္ဍာန်တွေကို လေ့လာ ကြည့်ကြပါဦးစို့။

အခြေခံအချက်တချို့နှင့် မူလဇစ်မြစ်

အခြေခံဆက်သွယ်ရေး ဟန်အမူအရာအများစုဟာ တစ်ကမ္ဘာလုံးတူညီ တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

လူတွေဟာ ပျော်တဲ့အခါ ပြုံးမယ်။ ဝမ်းနည်းတဲ့အခါ၊ စိတ်ဆိုးနေတဲ့ အခါ မျက်မှောင်ကြီးကုပ်ပြီး မှုန်တေတေကြီးလုပ်ထားမယ်။

ခေါင်းညိတ်တဲ့သဘောကို 'ဟုတ်ကဲ့' သို့မဟုတ် အတည်ပြုလက်ခံ သဘောတူတဲ့နေရာမှာ ကမ္ဘာနှင့်အဝှမ်းအသုံးပြုကြပါတယ်။

ခေါင်းငုံ့တဲ့ပုံသဏ္ဍာန်ကတော့ မွေးရာပါဟန်ပန်ဖြစ်နိုင်ပြီး၊ ဆွံ့အ၊ နားမကြားသူတွေနှင့် မျက်မမြင်တွေ သုံးလေ့ရှိပါတယ်။

ခေါင်းကို ဘယ်ညာ တွင်တွင်ခါယမ်းပြတာကတော့ 'မဟုတ်ဘူး'၊ 'မရှိ ဘူး'၊ 'မရဘူး'ဆိုတဲ့ ငြင်းပယ်တဲ့လက္ခဏာ ကမ္ဘာသုံးသင်္ကေတဖြစ်သလို၊ လူ မမည်ကလေးဘဝကတည်းက တတ်မြောက်ခဲ့တာလို့ ယူဆရပါတယ်။ ကလေး ငယ်က နို့ပြေဆိုတာနှင့် ထပ်မစိုချင်တော့ဘူးဆိုပြီး မိခင်ရဲ့ ရင်သားကို ခေါင်းတိုက် တွန်းဖယ် ရုန်းပြတော့တာပဲ မဟုတ်လား။

ဇွန်းနှင့်ခပ်တိုက်တဲ့အရွယ်မှာလည်း မိဘတွေ ဆေးတိုက်တာမျိုးကို ခေါင်း ဘယ်ညာခါယမ်းဖို့ အလွယ်တကူတတ်နေပါပြီ။ ဒီနည်းနှင့် သူဟာ 'မသောက် ချင်ဘူး'ဆိုတဲ့ ငြင်းပယ်ချက်နှင့်ဆန့်ကျင်မှုကို ပြသခဲ့ပါတယ်။

ခြေ၊ လက်၊ မျက်နှာ ဟန်ပန်အမူအရာတချို့ကို တရွေ့ရွေ့တိုးတက် ပြောင်းလဲလာတဲ့သဘာဝဖြစ်စဉ်အရ အတိတ်က ကျွန်တော်တို့ရဲ့အရိုင်းတီရစ္ဆာန် ဘဝခြေရာကို ကောက်နိုင်ပါတယ်။

သွားဖြူတာဟာ ရန်လိုတိုက်ခိုက်မှုလက္ခဏာကိုပြပြီး၊ ခေတ်သစ် လူသားတွေက တကယ်တမ်း သွားနှင့်မကိုက်တဲ့တိုင်အောင် မနှစ်မြို့တဲ့ပုံစံ၊ မထိလေးစားလုပ်ပြတဲ့အရိပ်၊ ရိုင်းပျတဲ့အမူအရာအဖြစ် အသုံးပြုနေဆဲပါပဲ။

ပြုံးခြင်းရဲ့မူလသဘာဝက ခြိမ်းခြောက်မာန်ဖိတဲ့အမူအရာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါမေယ့် ကနေ့မှာတော့ ‘ရန်မပြုပါဘူး’ ဆိုတဲ့ ဆက်သွယ်ရေးသင်္ကေတနှင့် ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်မှုပြတဲ့ အထိမ်းအမှတ် ဖြစ်နေပါပြီ။



ပခုံးတွန့်ပြတယ်ဆိုတာ ‘ခင်ဗျား ပြောတာ နားမလည်ဘူး’၊ ‘ဘာလုပ်ရမှန်း မသိဘူး’၊ ‘ဘာမျှမတတ်နိုင်ဘူး’ ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေဆောင်တဲ့ ကမ္ဘာသုံး သင်္ကေတတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအမူအရာမှာ အဓိကအစိတ်အပိုင်း ၃ ခု ပေါင်းစပ်ပါဝင်ပါတယ်။ လက်ဖဝါးတွေ ဖြန့်လျက် ပခုံးတွန့်ရင်းက မျက်ခုံးတွေ ပင့်တင်လိုက်တာပါ။

လူမျိုးတစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး မတူရာက နှုတ်ပြောစကားတွေ ကွဲပြားခြားနားခဲ့ကြသလိုပါပဲ။ အသံထွက်တဲ့ ဘာသာစကားတွေလည်း ခြားနားကွဲပြားမှာပါ။

လူမျိုးစုတစ်ခုမှာ အများအသိအမှတ်ပြုသုံးနေတဲ့ ဟန်အမူအရာ အသွင်လက္ခဏာတစ်ခုဟာ ရှင်းလင်းပြတ်သားတဲ့ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်ပြီးသား ဖြစ်ပေမယ့်၊ တခြားလူမျိုးတစ်မျိုးအဖို့ ဘာအဓိပ္ပာယ်မျှမရှိတဲ့အပြင်၊ လုံးဝဆန့်ကျင်ဘက်အနက်ကို ဆောင်ချင်ဆောင်နေပါလိမ့်မယ်။

လူမျိုးစုနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ဆိုင်ရာ လက်အမူအရာ ၃ ခုကို ဥပမာပြချင်ပါတယ်။ အဲဒါတွေကတော့ လက်မနှင့်လက်ညှိုး ဝိုင်းပြတဲ့ပုံစံ၊ လက်မထောင်ပြ ပုံစံ၊ V ပုံစံများပါပဲ။

လူတွင်ကျယ်ဖို့ လူရည်လည်ဖို့

လက်မနှင့် လက်ညှိုး
ဝိုင်းပြတဲ့ ပုံစံ

ဒီပုံသဏ္ဍာန်ဟာ ၁၉ရာစုမတိုင်မီ
အမေရိကန်နိုင်ငံမှာ အင်မတန် ခေတ်စား
ခဲ့သလို၊ တိုရှင်းလိုရှင်းကိုပြဖို့အတွက်
သတင်းစာတွေမှာ တွင်တွင်ကျယ်ကျယ်
အသုံးပြုခဲ့ကြတာပါ။

ဒီ‘အိုကေ’ ဆိုတဲ့ အတိုကောက်
ဝေါဟာရနှင့် ပတ်သက်လို့လည်း အမြင်
အမျိုးမျိုးရှိခဲ့ကြပါတယ်။



တချို့က ဒီစကားလုံးဟာ ‘အားလုံးမှန်တယ်’ (all correct) ‘အားလုံး
သူ့ဟာနှင့်သူ အဆင်ပြေတယ်’ ဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်ကိုဆောင်တယ်လို့ ယုံကြည်ကြ
တယ်။ တစ်ချိန်က သတ်ပုံမှာပြီး oll korrekt လို့ ပေါင်းခဲ့ကြတာဖြစ်လို့
ယူဆခဲ့ကြလေရဲ့။

တချို့ကလည်း လက်ဝှေ့သုံး ဝေါဟာရ။ အလဲထိုးခံရခြင်း ‘knock
out’ဆိုတဲ့ စကားလုံးရဲ့ အတိုကောက် K.O ရဲ့ ဆန့်ကျင်ဘက်အနက်ထွက်
အောင် ပြောင်းပြန်လှန်သုံးတယ်လို့ ဆိုကြပြန်တယ်။

လူကြိုက်များတဲ့ နောက်သီဝရီတစ်ခုကတော့ ဒီအထိမ်းအမှတ်သင်္ကေတ
ကို အောင်ပွဲခံကြွေးကြော်မှုတစ်ခုအဖြစ် စသုံးခဲ့တဲ့ ၁၉ ရာစု အမေရိကန်
သမ္မတကြီးရဲ့ မွေးရာဇာတိ အိုးလ်ကင်းဒါဟုခံ(Old Kinderhook)ကို အစွဲပြုပြီး
ပေါ်ထွန်းလာတာ ဖြစ်ပါသတဲ့။

ဘယ်အယူအဆက မှန်တယ်လို့ ကျွန်တော်တို့ တပ်အပ်မပြောနိုင်ပါဘူး။
ဒါပေမယ့် ဒီ လက်ညှိုးနှင့်လက်မကို ကွင်းပြတာဟာ ‘အိုကေ’ဆိုတဲ့အတိုကောက်
စကားလုံးမှာ ‘အို’ကို ကိုယ်စားပြုတဲ့ သင်္ကေတအဖြစ် လက်ခံထားကြတာကတော့
အမှန်ပါပဲ။

m.g.y.c.com

‘အိုကေ’ဆိုရင် အင်္ဂလိပ်စကားပြောတဲ့ တိုင်းပြည်အားလုံးက ပြေလည်မှု အထိမ်းအမှတ်အနေနှင့် နားလည်ထားကြပါတယ်။

သို့သော် ဥရောပနှင့် အာရှနိုင်ငံတွေကို တစ်မဟုတ်ချင်းယုံနဲ့သွားတဲ့ နောက်ပိုင်းမှာ သူ့မူလ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်တွေဟာ နေရာဒေသအလိုက် ပြောင်းလဲ သွားတာလည်း တွေ့ရပါတယ်။ ဥပမာ

ပြင်သစ်မှာဆိုရင် ‘အိုကေ’ ဆိုတဲ့အနက်သာမကဘူး ‘သုည’၊ ‘မရှိတော့ ဘူး’၊ ‘ကုန်ပြီ’ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေနှင့်ပါ သုံးလာကြပြီ။

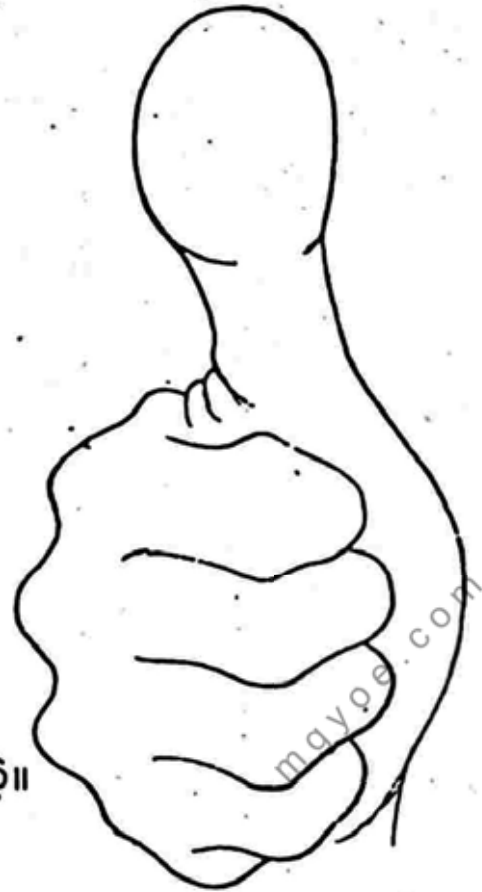
ဂျပန်မှာတော့ လက်ညှိုးနှင့်လက်မ ဝိုင်းပြလိုက်ရင် ‘ငွေ’လို့ နားလည် နေကြပါတယ်။ မြန်မာတွေလည်း ဒီလိုပဲ နားလည်နေကြပြီး ‘အသုံးပြုလေရဲ့။’

မြေထဲပင်လယ်က နိုင်ငံတချို့ကျတော့ ‘အပေါက်’၊ ‘အဝ’ရဲ့ သင်္ကေတ လို့ သိမှတ်ထားကြတယ်။ မိန်းမလျှာတွေကို ရည်ညွှန်းရာမှာလည်း သုံးကြတယ်။

ရေခြားမြေခြားခရီးသွားမယ့် ကမ္ဘာလှည့်ခရီးသည်တွေအတွက် စိတ်အချ ရဆုံးနှင့် လိုက်နာသင့်တဲ့စည်းမျဉ်းကတော့ ‘ရောမရောက်ရင် ရောမသားလို့ ကျင့်တာ’ပါပဲ။ ဒီစည်းမျဉ်းဟာ ဘယ်နေရာ ဘယ်မြေရောက်ရောက် အခက်အခဲ ဖြစ်မယ့် ကိစ္စမှန်သမျှကို ရှောင်ရှားပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။

လက်မထောင်ပုံစံ

ဗြိတိန်၊ သြဇာတေးလျ၊ နယူးဇီလန် နိုင်ငံတွေမှာ လက်မထောင်တာဟာ အဓိပ္ပာယ် ၃ မျိုး ရှိပါတယ်။ ဒီသင်္ကေတ ကို ကားလမ်းဓားပြတွေ သုံးနေကျဖြစ်ပြီး၊ ‘အားလုံးအဆင်ပြေတယ်’၊ ‘အိုကေ’ဆိုတဲ့ အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် သာမန်အနေနှင့် သုံးတတ်ကြပါတယ်။ အဲ-ထောင်ထားတဲ့ လက်မကို တဆတ်ဆတ်နှင့်အပေါ်ပင့်ပြ ရင်တော့ ‘ပါတာအကုန်ထုတ်’၊ ဒါမှ မဟုတ် ‘ဒီမှာထိုင်’လို့ အမိန့်ပေးတာ ဖြစ်ပါသတဲ့။



ဂရီနိုင်ငံတချို့ကျတော့ လက်မထောင်ပြတာရဲ့အဓိကဆိုလိုရင်းက တစ်ဘက်လူစကားကို ဘဝင်မကျဘူးဆိုတဲ့အဓိပ္ပာယ်၊ အကျပ်ရိုက်နေတယ်ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပာယ်။

အိတလီတွေက '၁' ကနေ '၅' လက်ချိုးရေတွက်ရင် လက်မထောင် ပြီး '၁'လို့ ရေပါတယ်။ နောက် လက်ညှိုးကို '၂'ဆိုပြီး ဆက်တိုက်ရေသွား တာပါ။ ဩစတေးလျ၊ အမေရိကန်၊ အင်္ဂလိပ်တွေကတော့ လက်ညှိုးက '၁'ဆိုပြီး '၂'က လက်ခလယ်၊ အစဉ်လိုက် လက်သန်းအထိ ရေသွားရာက '၅'ကျမှ လက်မကို ထုတ်လေ့ရှိပါတယ်။

လက်မကို ကိုယ်ဟန်အမူအရာတွေနှင့်ပေါင်းစပ်ပြီး ဩဇာအရှိန်အဝါ နှင့် သာလွန်ကြီးမြင့်မှုတွေကို ဖော်ထုတ်ရာမှာလည်း သုံးပါတယ်။ တစ်ဦးက တစ်ဦးကို အပေါ်စီးကနေ လက်အောက်ခံအဖြစ်နှိမ်ချဆက်ဆံဖို့ ကြိုးစားတဲ့ အခြေအနေမျိုးမှာ လက်မထောင် ပြောတတ်ကြတာပါပဲ။

နောက်လာမယ့် အခန်းတွေမှာ လက်မနှင့်ပတ်သက်လို့ ထပ်ချဲ့တင်ပြ ပါဦးမယ်။

V ပုံစံ



ဒီအမှတ်လက္ခဏာဟာ သြစတေးလျ၊ နယူးဇီလန်၊ ဂရိတ်ဗြိတိန်တစ်လွှားမှာ 'ပါတာအကုန်ထုတ်' အဓိပ္ပာယ်ကိုဆောင်ပြီး၊ အတော်လေးပေါ်ပြူးလာ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

ဝင်စတန်ချာချီက ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးအတွင်းက ဒီ V (ဗွီ)ပုံကို အောင်မြင်မှုအထိမ်းအမှတ်အဖြစ် လူကြိုက်များအောင် လုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် သူက လက် ၂ ချောင်းနှင့် လက်ဖဝါးကို ရှေ့လှည့်ပြီး ထုတ်ပြခဲ့တာပါ။

လက်ဖဝါးကို ပြောသူကာယကံရှင်ဘက်လှည့်ပြီး လက် ၂ ချောင်းထောင်ပြတာကတော့ မဖွယ်မရာနှင့် ရန်လိုစော်ကားတဲ့သဘောပါပဲ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဥရောပနိုင်ငံတွေမှာ အများအားဖြင့်တော့ လက်ဖဝါးကို ရှေ့ဘက်လှည့်ပြီး V ဗွီပုံပြတာကို အောင်မြင်မှုအထိမ်းအမှတ်အနေနှင့် သုံးနေကြတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ အင်္ဂလိပ်လူမျိုးတစ်ယောက်ဟာ ဓားပြတိုက်နေတယ်ဆိုတဲ့ သင်္ကေတနှင့် အဲသလို လက် ၂ ချောင်းရှေ့ထောင်ပြီး ဥရောပသားတစ်ယောက်ကို သွားပြလိုက်ရင် ဆိုလိုရင်းကိုရောက်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ 'ဒီနေ့ ဘာတွေအောင်မြင်လာလို့လဲ' ဆိုပြီး ဇဝေဇဝါ အူကြောင်ကြောင်ဖြစ်ကျန်ခဲ့မှာ သေချာပါတယ်။

ဒီသင်္ကေတကိုပဲ ဥရောပနိုင်ငံအတော်များများက '၂' ခု၊ နံပါတ်စဉ် '၂' လို့ နားလည်ထားကြပါတယ်။

ဒီတော့ အင်္ဂလိပ်တစ်ဦးက ရန်စစော်ကားတဲ့သဘောနှင့် လက်ညှိုး ၂ ချောင်း ကိုယ့်ဘက်လှည့်ထောင်ပြလိုက်ရင် အရက်ဆိုင်စားပွဲထိုး ဥရောပသားဟာ ရူးရူးရှဲရှဲတုံ့ပြန်မှာဖြစ်ပြီး၊ သြစတေးလျသားဆိုရင်တော့ ဘီယာ ၂ ခွက် လာချပေးပါလိမ့်မယ်။

အခုဥပမာတွေက ယဉ်ကျေးမှုလေ့စရိုက်ချင်း မတူမှုအပေါ်မှာ နားလည်မှု လွဲနိုင်တဲ့ လက်ဟန်ခြေဟန်အမူအရာတွေကြောင့် ပြဿနာတက်နိုင်တယ်ဆိုတာ ပြလိုက်တာပါပဲ။

ပြီးတော့ လူတစ်ယောက်ရဲ့ 'ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကား' သို့မဟုတ် ခြေလက်အမူအရာနှင့်ပတ်သက်လို့ အလျင်စလို ဆုံးဖြတ်ချက်မချခင် သူ့နောက်ခံ ယဉ်ကျေးမှုကို နားလည်ထည့်တွက်တတ်ဖို့လိုတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ပေါင်းစပ် လက်ဟန်ခြေဟန်များ

ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားကို လေ့လာသင်ယူစ လူတစ်ယောက်အနေဖြင့် အမှားကြီးမှားတတ်တာကတော့ တခြားဟန်ပန်အမူအရာတွေကို ထည့်မစဉ်းစားဘဲ၊ လက်ဟန်ခြေဟန်တစ်ခုတည်းအပေါ်မှာ အကဲဖြတ်ကောက်ချက်ချတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာ ခေါင်းကုပ်လိုက်တာဟာ အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး ထွက်ပါတယ်။

ယားလို့၊ ချွေးထွက်လို့၊ ဝေခွဲမရလို့၊ သတိမေ့နေတာ ပြန်ဖော်ဖို့၊ လိမ်ညှာပြောနေလို့ ဆိုတာတွေကို တစ်ပြိုင်တည်းဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ တခြားခြေလက်မျက်နှာ အမူအရာတွေနှင့်ပါ ဆက်စပ်ပြီးအဖြေထုတ်ရတာပါ။ ဒါနှင့်အမျှ ကိုယ်အကဲခတ်တာ မှန်၊ မှန် ပေါင်းစပ်ပုံစံတွေကို အမြဲ ကြည့်ရပါလိမ့်မယ်။

ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားဟာ တခြားနှုတ်ပြောစကားတွေလိုပဲ စကားလုံးတွေ၊ ဝါကျတွေ၊ အဖြတ်အတောက်တွေ ပါရှိနေတယ်။ ဟန်တစ်ခုဟာ စကားလုံးတစ်လုံးဖြစ်ပြီး၊ အဲဒီ စကားတစ်လုံးဟာလည်း အဓိပ္ပာယ်အမျိုးမျိုး ထွက်တတ်ပါတယ်။ အဲဒီ တစ်လုံးသောစကားကို တခြားစကားလုံးတွေနှင့်တွဲဖက်ပြီး ဝါကျတစ်ကြောင်းအဖြစ် တည်ဆောက်လိုက်တဲ့အခါကျမှ ဆိုလိုရင်းအနက်ကို အပြည့်အဝနားလည်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခြေ၊ လက်၊ မျက်နှာဟန်အမူအရာတွေ ပေါင်းစပ်လိုက်ရာက ဝါကျတစ်ကြောင်းအသွင်ရောက်လာပြီး၊ လူတစ်ယောက်ရဲ့ခံစားချက်နှင့် စိတ်နေစိတ်ထားတွေကို အမှန်အကန်အတိအကျ ဖော်ထုတ်ပေးပါတော့တယ်။

အကင်းပါးသူတွေဟာ နှုတ်ပြောမဟုတ်တဲ့ အသံတိတ်ဝါကျတွေကို ဖတ်နိုင်သလို၊ လူတစ်ယောက်ပါးစပ်က ထွက်လာတဲ့စကားတွေနှင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်း တန်းသိနိုင်သူပါ။

ပုံမှာပြထားတာက လူအများသုံးနေကျ ဝေဖန်သုံးသပ်ရင်း လက်ပိုက်ထားတဲ့ပုံစံပါ။

mgy.com

လက်က မျက်နှာကိုထိကိုင်ထားတာ အဓိကအချက်အနေနှင့် တွေ့ရလိမ့်မယ်။



လက်ညှိုးက ပါးစောင်တစ်လျှောက် တင်ထားပြီး၊ လက်ခလယ်က ပါးစပ်ကိုပိတ်လို့၊ လက်မနှင့် မေးရိုးကိုထောက်ထားပါတယ်။ သူဟာ စကားကို အလွယ်တကူလက်မခံဘဲ ဆန်းစစ်နေတယ်ဆိုတာပါပဲ။

ပိုပြီးထင်ရှားသိသာစေတာကတော့ စေ့နေအောင် ခြေချင်းချိတ်ထားတာနှင့် ရင်ဘတ်ကိုဖြတ်ပြီး လက်ပိုက်ထားတာ (ခုခံသဘော)ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ တစ်ချိန်တည်းမှာ မေးအောက်ချပြီး ခေါင်းငိုက်ထားတာက အပြစ်တင်ရန်မလိုမှုကို ပြပါတယ်။ သူ့တစ်ကိုယ်လုံး ခြုံကြည့်လိုက်ရင် ထွက်လာတဲ့အသံတိတ်ဝါကျတွေက “မင်းပြောတာတွေ ငါ မကြိုက်ဘူး။ မင်းနှင့်ငါ သဘောချင်းမတူနိုင်ဘူး” လို့ အဓိပ္ပာယ်ထွက်နေပါတယ်။

အပြောနှင့် ဟန်ပန်ကိုက်ညီမှု

တကယ်လို့ ခင်ဗျားက တစ်ဘက်လူကို ထင်မြင်ချက်တောင်းပြဆိုပါတော့။ ဒီလူက ခင်ဗျားပြောတာကို သဘောမတူဘူးလို့ နှုတ်ကဖွင့်ဟတယ်ဆိုရင် သူ့အသံထွက်ဘဲပြတဲ့ အသွင်သဏ္ဍာန်နှင့် တစ်ထပ်တည်းအံ့ကိုက်တယ်လို့ ဆိုရမှာပဲ။



Cold, not defensive

အဲ၊ သူက 'ကျေနပ်ပါတယ်။ လက်ခံပါတယ်' လို့ ဘယ်လောက်ပဲမြောမြော၊ သူ ညာနေတာပဲ ဖြစ်ရမယ်။ ဘာကြောင့်ဆို သူ့စကားနှင့် သူ့ပုံစံက တခြားစီ။ အပြောနှင့် ကိုက်ညီမှုမရှိလို့ပါပဲ။

သုတေသနပြုချက်တွေအရ ‘အသံထွက်တဲ့သင်္ကေတ အရိပ်နိမိတ်တွေဟာ ပါးစပ်ကပြောတဲ့စကားတွေထက် ၅ ဆ ပိုတယ်’ လို့ ဆိုပါတယ်။ ဒါဆိုရင် တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် သဘောချင်းမတိုက်ဆိုင်တဲ့အခါ သင်္ကေတစကား တွေကိုပဲ အရေးထားဦးစားပေးရမယ် ဆိုပါတော့။

တစ်ခါတစ်ရံ စကားပြောခုံစောင်း နောက်မှာရပ်နေတဲ့ ထိပ်တန်းနိုင်ငံရေး သမားကြီးဟာ သူ့ကိုယ်သူ လက်ပိုက် လျက်ပုံစံနှင့် ရင်ဘတ်ပေါ်က လက်တစ် ဖက်ဖြတ်ပြီး ခုံစောင်းပေါ်ကွေးတင်ထား လို့ (ကာကွယ်တဲ့အနေအထား) မျက်နှာ အောက်စိုက် ခေါင်းငုံ့ထားရင်း (အပြစ်ရှာ ဝေဖန်တဲ့ပုံ သို့မဟုတ် ရန်လိုတဲ့ပုံစံ)နှင့် လူငယ်တွေရဲ့ အကြံဉာဏ်တွေနှင့်ပတ် သက်လို့ သူ ဘယ်လောက် လေးစား ကြောင်း၊ လက်ကမ်းကြိုဆိုကြောင်း ပြောနေတာ တွေ့ရပါမယ်။

ဒါမှမဟုတ် စကားပြောခုံကို လက် ဝါးစောင်းနှင့် တဆတ်ဆတ်ခုတ်လျက် ပရိသတ်ကို ခင်မင်နှစ်လိုဖွယ်ကရုဏာသံ တွေနှင့် အယုံသွင်းဖို့ ကြိုးစားနေတာ လည်း ဖြစ်ချင်ဖြစ်မယ်။



စိတ်ပညာရှင်ကြီး ဆစ်ဂမန်ဖရိုက်* တစ်ခါက မှတ်ချက်ချဖူးတာကတော့ ‘စိတ်ဝေဒနာရှင်တစ်ယောက်ဟာ သူမရဲ့လက်ထပ်ပွဲနှင့် ပတ်သက်ပြီး သိပ်ပျော်ရွှင်

* Sigmund Freud

နေပါတယ်လို့ နှုတ်ကပြောနေတုန်းမှာပဲ လက်သူကြွယ်က လက်ထပ်လက်စွပ်ကို ချွတ်လိုက်ဝတ်လိုက် အမှတ်တမဲ့လျှောတိုက်နေပါတယ်'တဲ့။ ဖရိုက်က အဲဒီ မသိစိတ်နှင့်လုပ်နေတဲ့ လက်အမူအရာရဲ့ ထူးခြားမှုကို သတိထားမိခဲ့သလို၊ အိမ်ထောင်ရေး ပြဿနာတွေ တက်လာတဲ့အခါမှာ ဘာမျှ မအံ့ဩတော့ဘူးဆိုပဲ။

ပေါင်းစပ်ဟန်ပန်များ၊ နှုတ်ပြောစကားများ၊ ကိုယ်အမူအရာလှုပ်ရှားမှု များ အပ်စပ်ကိုက်ညီမှု ရှိမရှိကို စူးစမ်းအကဲခတ်ခြင်းဟာ ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာ စကားကို တိကျမှန်ကန်စွာအနက်ပြန်ရာမှာ အဓိကအချက်တွေပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ခြေလက်အမူအရာ အစီအစဉ်ကျနခြင်း

ပေါင်းစပ်ဟန်ပန်များ၊ နှုတ်ပြောစကားများ၊ ကိုယ်အမူအရာလှုပ်ရှားမှု များရဲ့ ညီညွတ်မှုကိုအကဲခတ်ရာမှာ ထပ်သိသင့်တာလေးတွေ ရှိပါသေးတယ်။ ခြေဟန်လက်ဟန်အားလုံး လှုပ်ရှားဖြစ်ပေါ်ခြင်းဟာ အကြောင်းအားလျော်စွာ အစီအစဉ်ကျနမှု ရှိနေရပါလိမ့်မယ်။

ဥပမာ လူတစ်ယောက် ဘတ်စ်ကားမှတ်တိုင်မှာ ခြေချင်းစေ့နေအောင် ပူးထားပြီး လက်ပိုက်လို့ ခေါင်းငိုက်ထိုင်နေတယ်။ တအားအေးတဲ့ ဆောင်းရက် လည်း ဖြစ်တယ်ဆိုရင် သူဟာ အကာအကွယ်မဲ့ပြီး အရမ်းချမ်းနေတာကို ပြနေ တာပဲ။

တကယ်လို့ ခင်ဗျားက ပစ္စည်းတစ်ခုကို ရောင်းမယ်၊ အလုပ်တစ်ခုခုကို အပ်မယ်၊ ကိစ္စတစ်ခုခုကို ဆွေးနွေးတင်ပြမယ် ဆိုတဲ့အချိန်မှာ မျက်နှာချင်းဆိုင် ထိုင်နေတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်က ခုနလို ခြေချိတ်လက်ပိုက် ခေါင်းငုံ့ထိုင်နေပြီဆိုရင်တော့ သူ့အနေနှင့် မလိုလားတဲ့သဘော၊ ခုခံဟန့်တားတဲ့သဘောကို ဆောင်နေတယ် လို့ အသေအချာတွက်နိုင်ပါတယ်။

တခြားအဓိပ္ပာယ်ကောက်ချက်များ

ရေခဲရိုက်ငါးအသေကောင်လိုလက်နှင့် အေးတိအေးစက် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက် တဲ့လူဟာ အကျင့်မရှိတဲ့လူ၊ ရုပ်ပိုင်းစိတ်ပိုင်း အားနည်းသူတွေ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။

လက်မှာ အံ့နာရှိသူကလည်း တအားညှစ်ခံရမှာစိုးလို့ အေးစက်စက် နိုင်တတ်ပါသေးတယ်။

ထို့အတူ လက်ကိုတန်ဖိုးထားနေရတဲ့ ခွဲစိတ်ဆရာဝန်တွေ၊ ဂီတပညာရှင် တွေ၊ ပန်းချီအနုပညာရှင်တွေဟာလည်း လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ဖို့ ဝန်လေးချင်ကြ တာပဲ။ တကယ်လို့ မလွဲမရှောင်သာ လုပ်ရပြီဆိုလည်း သူတို့လက်ကို မထိခိုက် အောင်အေးစက်စက်လုပ်လေ့ရှိပါတယ်။

အင်္ကျီလက်ပွကြီး ဝတ်ထားရင်၊ သို့မဟုတ် လက်ကျပ်ကျပ်ဝတ်ထားရင် လည်း လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ဖို့ခက်နေပြီး၊ ကိုယ်အမူအရာစကားအသုံးပြုမှုကို ထိပါး စေပါတယ်။

ဘာပဲပြောပြော၊ ဒါတွေဟာ လူနည်းစုသာဖြစ်ပါတယ်။ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက် ခြင်းဟာ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ လိုက်နာအပ်တာနှင့်အမျှ 'ကိုယ်၏ယဉ်ကျေးမှု' ချွတ်ယွင်းချက်မရှိအောင်တော့ သတိထားရပါလိမ့်မယ်။

အဆင့်အတန်းနှင့် ဩဇာကြီးမားမှု

နှုတ်ပြောဘာသာဗေဒနယ်ပယ်ကို သုတေသနပြုချက်တွေအရ အဆင့် အတန်းဩဇာကြီးမားမှု၊ ဂုဏ်ဒြပ်အနိမ့်အမြင့်၊ အနည်းအများ ကွာခြားမှုကို လိုက်ပြီး အမိန့်ပေးစကားတွေနှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်ဆံလေ့ရှိတာ တွေ့ရပါသတဲ့။ ဒီထဲမှာ စကားလုံးဝေါဟာရ အပြင်း၊ အပျော့ ဆိုတာတွေလည်း သူ့အတိုင်းအတာ နှင့်သူ သုံးတတ်ကြာပေးတာပေါ့။ တစ်နည်းပြောရရင် လူမှုအဆင့်အတန်း၊ ရာထူး အဆင့်အတန်း မြင့်သထက်မြင့်သွားတာနှင့်အမျှ စကားအသုံးအနှုန်းတွေလည်း ပိုမြင့်မားသွားလေ့ ရှိတဲ့သဘော။

အသံမထွက်တဲ့ဘာသာစကားတွေကို သုတေသနပြုချက်တွေကတော့ လူတစ်ယောက်ရဲ့အဆင့်အတန်း၊ ဩဇာအာဏာ၊ ဂုဏ်ဒြပ်တွေကို သူ့အသုံးပြုတဲ့ ကိုယ်အမူအရာလှုပ်ရှားဟန်တွေအရ တိုက်ရိုက်သိနိုင်ပါတယ်။

လူမှုအဖွဲ့အစည်း၊ သို့မဟုတ် အုပ်ချုပ်ရေးနယ်က အကြီးအကဲပုဂ္ဂိုလ် ဟာ အထက်စီးလေသံတွေနှင့် စကားလုံးကြွယ်ကြွယ်ပြောဆိုဆက်ဆံမှာ ဖြစ်တယ်။

ပညာချို့တဲ့တဲ့ ဒါမှမဟုတ် ကျွမ်းကျင်မှုနည်းပါးသူကတော့ ပြောစကားတွေထက် ခြေလက်အမှုအရာတွေအပေါ် ပိုပြီးအားထားတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

ယေဘုယျအားဖြင့် လူမှုစီးပွားရေးစံမြင့်ရင် မြင့်သွားသလောက် ခြေလက် အမှုအရာနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာလှုပ်ရှားမှုတွေ နည်းသွားတတ်တယ် ဆိုတာကိုတော့ သတိပြုဖို့လိုပါတယ်။

ခြေလက်အမှုအရာတွေ နှေးတာ၊ မြန်တာနှင့် ထင်ရှားသိသာစေတာတွေ ကလည်း အသက်အရွယ်အပေါ် မူတည်ပါတယ်။

ဥပမာ ၅ နှစ်သမီးလေးတစ်ယောက် က သူမိဘတွေကို လိမ်ပြောမိတယ် ဆိုရင် ပြောပြီးပြီးချင်း သူ့လက်ဝါး ၁ ဖက် ဒါမှမဟုတ် ၂ ဖက်နှင့် ပါးစပ်ကို ကပျာကရာပိတ်ကာ ပစ်တတ်ပါတယ်။

ဒီလို လက်နှင့်ဖုံးကာပစ်လိုက်တာနှင့် သူ့လိမ်ပြောမှန်း သိသာပြီး ဒီကလေးရဲ့ တစ်သက်လုံး အဲဒီလို ပါးစပ်ဖမ်းပိတ် တာမျိုး အကျင့်ပါသွားပါလေရော။



အဲ- ၁၀ကျော်သက်လေးတစ် ယောက်က လိမ်ပြောတဲ့အခါမှာ တော့ ၅ နှစ် သမီးလေးက ပါးစပ် ကို ကမန်းကတန်းဖမ်းပိတ်သလို မဟုတ်တော့ဘဲ လက်ချောင်းတွေ နှင့် နှုတ်ခမ်းတစ်ဝိုက်ကို ခပ်ဖွဖွလေး ပွတ်သလိုသပ်သလိုလုပ်ပြီး ကာဆီး တတ်တာပါပဲ။



ဒီလို ပါးစပ်ကို ကာတဲ့ဟန်ဟာ လူကြီးတွေမှာ ပိုပြီး ပညာသားပါလာပါတယ်။ လူကြီးတစ်ယောက် လိမ်ပြောတဲ့အခါ သူ့ဦးနှောက်က လက်တွေ့ကို ငယ်ငယ်ကလို ပါးစပ်ဆီ မသိမသာ ဖုံးကာထားခိုင်းလိုက်ပေမယ့်၊ နောက်ဆုံး ကျတော့ နှာခေါင်းပွတ်၊ နားရွက်ပွတ်နှင့် နေတတ်ပါတယ်။

ဒါဟာ ငယ်ငယ်ကစွဲပါလာတဲ့အကျင့်ဖြစ်ပြီး၊ လိမ်မိတဲ့အပြစ်ကို ဖုံးဖိဖို့ ကြိုးစားချက်သာ ဖြစ်ပါတယ်။

လူဟာ အသက်ကြီးရင့်လာလေ ပိုပြီး မာယာများလာတာမို့ အသက် ၅၀ အရွယ်တစ်ဦးရဲ့ ဟန်ပန်အမူအရာကို လူငယ်တစ်ယောက်ထက် အကဲခတ်ရ ပိုခက်လာစေတာပါပဲ။

ကိုယ်အမူအရာ အတုလုပ်ခြင်း

ရိုးရိုးစင်းစင်းလေး မေးနေကျမေးခွန်းတစ်ခုကတော့...

“ကိုယ်အမူအရာကို အတုလုပ်လို့ ရသလား” ဆိုတာပါပဲ။

အကြမ်းဖျင်းဖြေရရင်...

“မရပါဘူး”

ဘာကြောင့်ဆို တကယ်ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်အမူအရာရဲ့ အနုစိတ်ဆန်တဲ့ သင်္ကေတလက္ခဏာတွေ၊ အဓိကကျတဲ့ ဟန်ပန်တွေ၊ နှုတ်ပြောစကားလုံးတွေနှင့် သဟဇာတဖြစ်အောင် ဟန်ဆောင်လှည့်စားနိုင်စွမ်း မရှိကြလို့ပါပဲ။

ဥပမာ လက်ဖဝါး ၂ ဖက် ဖြန့်ဖွင့်ပြတဲ့သဘောဟာ ရိုးသားမှုကို ဖော်ထုတ်ရာရောက်ပေမယ့်၊ လှည့်စားသူတစ်ယောက်က ခင်ဗျားကိုလိမ်ဖို့ အကြံနှင့် လက်ဝါးဖြန့်ပြီး ပြုံးပြနေတယ်ဆိုရင် သူ့ရဲ့သေးနပ်တဲ့အရိပ်လက္ခဏာတွေက သူ့အလိမ်ကို ဖော်နေမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

သူ့မျက်လုံးဟာ ခင်ဗျားကိုမကြည့်ဘဲ အဝေးကိုလွှဲနေမယ်။ မျက်ခုံး ၂ဖက် ပင့်တက်နေမယ်။ ဒါမှမဟုတ် နှုတ်ခမ်းထောင့်စွန်းက တွန့်နေမယ်၊ ရွဲ့နေမယ်။ ဒီသင်္ကေတတွေက လက်ဝါးဖြန့်ပြီး ရိုးဟန်ဆောင်ပြုံးပြတာနှင့် ပြင်ပြင်ကြီး ဆန့်ကျင်နေတာကလား။

အဖြေထုတ်လိုက်ရင် 'ဒီလူ့စကားကို မယုံနှင့်' လို့ပဲပေါ့။

လူ့စိတ်ကလည်း ဆန်းကြယ်တယ်လေ။ မူမမှန်တဲ့ ကိုယ်အမူအရာ၊ တစ်နည်း ဣန္ဒြေပျက်သွားတာမျိုးကို ဒက်ခနဲ သိနိုင်တဲ့ အာရုံခံအစိတ်အပိုင်းတွေ ရှိထားတာကိုး။

အဲ-တချို့နေရာတွေမှာတော့ ကိုယ်ဟန်အမူအရာကို တမင်အတုလုပ်ပြီး အမြတ်ထုတ်လို့ ရတတ်ပါတယ်။

မောင်စကြဝဠာ၊ မယ်စကြဝဠာရွေးပွဲတွေမှာ ပြိုင်ပွဲဝင်တွေဟာ ချစ်စရာ မျက်နှာပေး၊ ချိုသာတဲ့အပြုံးလေးတွေနှင့် ကနွဲ့ကလျ သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့လျှောက် လှမ်းကိုယ်ဟန်ပြပြီး ဆုရအောင် ယူတတ်ကြတာမျိုး။

နိုင်ငံရေးသမားအတော်များများဆိုလည်း ကိုယ်အမူအရာ၊ မျက်နှာဟန်ပန် နှင့် ဟန်ဆောင်လှည့်စားရာမှာ ပါရဂူမြောက်သလို၊ မဲဆန္ဒရှင်တွေကို မဲဆွယ် ဟောပြောနိုင်တာမျိုး။

ဘယ်လိုပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်သူမျှ အချိန်အကြာကြီး မလှည့်စားနိုင်သလို တဒင်္ဂခဏလောက်သာလုပ်ပြပြီး ပင်ကိုသဘာဝတွေအတိုင်း စိတ်လွတ်ကိုယ်လွတ် လှုပ်ရှားသွားကြတာချည်းပါပဲ။

လိမ်ညာမှုကိုဖုံးဖိရာမှာ တခြားကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွေထက် မျက်နှာကို ပိုသုံးလေ့ရှိပါတယ်။

ပြုံးပြတာ၊ ခေါင်းညှိတ်တာ၊ မျက်တောင်ခတ်တာတွေဟာ လိမ်ညာမှု၊ ဆန့်ကျင်မှုတွေကိုကာကွယ်တဲ့ လုပ်ချက်တွေပဲပေါ့။ အဲ-တစ်ဘက်လူကို သူ လိမ်နေမှန်းမသိအောင် အာရုံလွှဲပစ်တာလို့လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကံမကောင်းပုံက မျက်နှာအမူအရာတွေ ဘယ်လောက်ပဲ ပီပီရီရီနှင့်ကောင်းနေ ပါစေ။ ကိုယ်လက်အမူအရာတွေက သစ္စာဖောက်တတ်လို့ပါပဲ။ မျက်နှာက

အရိပ်လက္ခဏာတွေနှင့် ခြေလက်ဟန်ပန်တွေ အံ့မကျဘဲ လွဲနေတတ်တာကိုက အလိမ်ပေါ်စေတယ်လို့ ပြောရမှာပါ။ မျက်နှာအမူအရာလုပ်တာကိုက အတတ် ပညာတစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

အချုပ်ပြောရရင်တော့ တိုယ်အမူအရာတွေကို အတုလုပ်လှည့်စားလို့ ကြာ ရှည်မရပါဘူး။ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ ရိုးသားပွင့်လင်းတာဟာ အကျိုးရှိပြီး၊ ဟန် ဆောင်လှည့်စားတာဟာ အဆိုးတရားပဲ ရစေမယ်လို့ သဘောပေါက်ထားဖို့ပါပဲ။

အောင်မြင်စွာလိမ်ညာ လှည့်စားကြပုံများ

လိမ်ညာပြောဖို့ ခက်ခဲရတာဟာ ကျွန်တော်တို့ရဲ့မသိစိတ်က အလို အလျောက်ငြင်းဆန်မှုကြောင့် ကိုယ်အမူအရာတွေ ပျက်သွားတတ်တဲ့အတွက်ပါ။

လူတစ်ယောက်က ညာပြောလိုက်တာနှင့် သူ့ကိုယ်ခန္ဓာဟာ ဆန့်ကျင် ဖောက်လွှဲတဲ့အချက်ပြမှုတွေ ထွက်လာသလို၊ ကျွန်တော်တို့အနေဖြင့်လည်း 'ဒီလူ့ စကားတွေ မမှန်ဘူး'လို့ ခံစားလိုက်ရတော့တာပဲ။

လိမ်ပြောနေတုန်းမှာလည်း မသိစိတ်က တုန်လှုပ်ချောက်ချားမှု သို့မဟုတ် လိပ်ပြာမလုံမှုတွေဟာ စကားနှင့် တခြားစီသွေဖည်တဲ့ ဟန်ပန်လက္ခဏာတွေကို ဖြစ်ပေါ်နေစေပြန်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်လည်း လူတွေဟာ တော်တော်တန်တန်နှင့် လိမ်မပြောရဲကြတာပေါ့။

သို့သော် လက်တစ်လုံးခြား လိမ်ညာလှည့်စားရတဲ့အလုပ်တွေနှင့် အသက် မွေးကြရသူတွေက ရှေ့နေတွေ၊ နိုင်ငံရေးသမားတွေပါပဲ။ ပြီးတော့ မင်းသား မင်းသမီး သရုပ်ဆောင်တွေ၊ တီဗီအစီအစဉ် ကြေညာသူတွေ ရှိပါတယ်။

သူတို့ဟာ ဟန်ပန်အမူအရာတွေကို ဟန်ဆောင်လှည့်စားမှန်းမပေါ်အောင် ပိရိကျမ်းကျင်ကြတယ်။ ပရိသတ်တွေဟာလည်း မဟုတ်မှန်းသိလျက်နှင့် အယုံကြီး ယုံ အကျကြီးကျပြီး တန်းတန်းစွဲသူစွဲ အခြယ်လှယ်ခံဘဝရောက် သူရောက် ဖြစ်ကုန်ကြရပါတော့တယ်။

သူတို့ဟာ ကိုယ်ဟန်အမူအရာတွေကို နိုင်နိုင်နင်းနင်းလုပ်ဆောင်ရာမှာ နည်း ၂ မျိုးကို အသုံးပြုပါတယ်။

ပထမနည်းက တကယ့်ခံစားချက်နှင့်အတူ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ ကိုယ်ဟန်အမူ အရာမျိုး တစ်ထပ်တည်းကျအောင် လေ့ကျင့်ထားကြပါတယ်။ တစ်ခုတော့ရှိလေ ရဲ့။ အချိန်အကြာကြီး စကားရှည်ကြီးပြောဆို သရုပ်ဆောင်ဖို့သာ လေ့ကျင့်ထားတာ ဖြစ်တယ်။ တခြားအချိန် အပြင်လောကမှာတော့ ပင်ကိုစရိုက် ပေါ်ကြရစမြဲပါပဲ။

ဒုတိယအနေနှင့် သူတို့ဟာ သဘာဝကိုယ်ဟန်အမူအရာတွေကို လိုအပ် သလို ဖုံးဖိထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း ရှိကြပါတယ်။ ခံစားချက်အစစ်ကို ဘေးဖယ်ပြီး အပေါ်ယံ ဟန်ဆောင်ထားနိုင်ကြပါတယ်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သူတို့လှည့်စား ပြောဆိုနေချိန်မှာ စိတ်ပိုင်းရောရုပ်ပိုင်းမှာပါ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး ပင်ကိုသဘာဝ လက္ခဏာတွေပျောက်အောင် ဖျောက်ထားနိုင်တယ် ဆိုရပါလိမ့်မယ်။ ဒါဟာ အတော်လေးခက်ခဲတဲ့ အဆင့်ပါပဲ။

လိမ်ဖို့မလွယ်တာကို လက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်ရင် သိနိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့် အပေါင်းအသင်းတစ်ယောက်ကို လိမ်မယ်လို့ သေသေချာချာ အကွက်ချစဉ်းစားပြီး လိမ်ပြောကြည့်ပါ။

အဲဒီအချိန်မှာ တစ်ဘက်လူရှေ့ ကိုယ့်ဟန်ပန်အမူအရာ လှုပ်ရှားမှုမှန်သမျှ ကို ဣန္ဒြေမပျက်ထိန်းထားမယ် ဆိုတဲ့စိတ်နှင့် ထိန်းထားပါ။

ခင်ဗျားရဲ့ အဓိကကိုယ်လက်အမူအရာတွေကို ထိန်းထားနိုင်တဲ့တိုင်အောင် အသေးအဖွဲ့လှုပ်ရှားမှု တစ်ပုံကြီးကတော့ ဖောက်ပြန်ထွက်ပြုလာမယ်ဆိုတာကို သိရပါလိမ့်မယ်။

ဒီအထဲမှာ မျက်နှာကြောတင်းသွား၊ တွန့်သွားတာ၊ ထူပူပြီး ခေါင်းနုပန်းကြီး နေတာ၊ မျက်လုံးက ဂနာမငြိမ်တာ၊ နဖူး ချွေးပြန်လာတာ၊ ပါးတွေ နီမြန်းလာတာ၊ မျက်တောင် မကြာမကြာခတ်မိတာ စတဲ့ လိမ်နေတယ်လို့ အချက်ပြမှုပေါင်းများစွာ ပါပါတယ်။

အနှေးရိုက်ကင်မရာကိုသုံးပြီး သုတေသနပြုချက်တစ်ခုအရ အနုစိတ် လက္ခဏာလေးတွေဟာ လျှပ်တစ်ပြက် မျက်တောင်တစ်ခတ်စာ စက္ကန့်ပိုင်းလေး အတွင်းမှာ ပေါ်လာတတ်တယ်။

ဒီ အချက်ပြသကော်တယ်လေးတွေကို အကင်းပါးတဲ့ အင်တာဗျူးသမား တွေ၊ စီးပွားရေးသမားကြီးတွေက ဖျပ်ခနဲ တန်းသိနိုင်ကြပါတယ်။ အတော်ဆုံး အင်တာဗျူးဆရာတွေနှင့် အရောင်းအဝယ်သမားကြီးတွေဟာ မျက်နှာချင်းဆိုင် တွေ့ခိုက်ကလေးမှာ အနုစိတ်လှုပ်ရှားသွားမှုတွေကို ဖတ်နိုင်တဲ့ မသိစိတ်စွမ်းရည် တွေ အပြည့်ရှိကြတယ်လေ။

ရှောရှောရှူရှူလိမ်နိုင်အောင်ဆိုရင် ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကို တစ်ခုခုနှင့်ကွယ် ထားပြီး တစ်ဘက်လူရဲ့မြင်ကွင်းက ဖျောက်ထားရလိမ့်မယ်။

ရဲတွေအမှုစစ်တဲ့အခါ တရားခံလို့ မသင်္ကာသူကို အခန်းလွတ်အလယ်မှာ ကုလားထိုင်တစ်လုံးနှင့် ငုတ်တုတ်ထိုင်ခိုင်းတာ ဒါကြောင့်ပါပဲ။

ဒါမှမဟုတ် မသင်္ကာသူကို အမှုစစ်တွေရဲ့မျက်စိအောက်မှာ တစ်ကိုယ် လုံးမြင်သာအောင်ထားပြီး မီးတွေ ဝိုင်းထိုးထားတတ်ကြပါတယ်။ ဒီတော့ သူ လိမ်ချင်သလောက် လိမ်၊ ရဲကတော့ ဒက်ခနဲ သိနေမှာပဲပေါ့။

စားပွဲနောက်မှာထိုင်နေတဲ့အခါ ကိုယ်ခန္ဓာတစ်ပိုင်းကို ဖုံးကွယ်ထားရာ ရောက်ပြီး၊ အလွယ်တကူလိမ်လို့ ရတတ်ပါတယ်။

ခြံစည်းရိုးပေါ်ကနေ ကျော်ပြောတဲ့အခါ၊ တံခါးနောက်ကွယ် ရောက်နေ တဲ့အခါမှာလည်း လိမ်ရာမှာ အဆင်ပြေပါလိမ့်မယ်။

တယ်လီဖုန်းထဲက လိမ်ရတာကတော့ အကောင်းဆုံးနည်းပါပဲ။

ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကား သင်ယူနည်း

တစ်နေ့ကို ၁၅ မိနစ်လောက် သီးသန့်အချိန်ယူပြီး ကိုယ့်ဟန်ပန်အမှု အရာတွေကို သတိပြုလေ့လာရင်း တခြားလူတွေရဲ့ ကိုယ်လက်အမှုအရာတွေကို သတိပြု အကဲခတ်သုံးသပ်ပါ။ အကောင်းဆုံးလေ့လာရေးကွင်းကတော့ လူတွေ စုရုံးတွေ့ဆုံတဲ့ နေရာ မှန်သမျှပါပဲ။ လေဆိပ်လို နေရာမျိုးမှာဆိုရင် လူတွေကို

ဟန်အမျိုးမျိုး၊ ပုံစံအမျိုးမျိုးနှင့် တွေ့ရမှာဖြစ်လို့ လေ့လာဖို့ အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီမှာ လူတွေဟာ စိတ်အားထက်သန်မှုတွေ၊ စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တာတွေ၊ ဝမ်းနည်းမှုတွေ၊ ပျော်ရွှင်မှုတွေ၊ သည်းခံစိတ်ရှည်မှုတွေနှင့် တခြားသောခံစားချက်တွေကို ကိုယ်အမူအရာတွေကတစ်ဆင့် ပကတိအတိုင်း ထုတ်လွှင့်ပြသတတ်ကြပါတယ်။

ကိုယ်အင်္ဂါဘာသာစကားကို ပညာတစ်ရပ်အနေနှင့် ဆည်းပူးလေ့လာရာမှာ ပါတိပွဲတစ်ခုကိုသွားပြီး ထောင့်တစ်ထောင့်က တစ်ချိန်လုံးထိုင်ကြည့်နေတာမျိုးလည်း လုပ်သင့်တယ်။ ဧည့်ပရိသတ်တွေရဲ့ဟန်ပန်ပုံစံအမျိုးမျိုး၊ မျက်နှာပေးအမျိုးမျိုးကိုတွေ့ပြီး စိတ်ဝင်စားဖို့ကောင်းတဲ့အရသာကို ခံစားရမှာ မလွဲပါဘူး။

တိဗိတွေဟာလည်း လေ့လာရာမှာ အတော်လေးကောင်းပါတယ်။ အသံကို ပိတ်လိုက်ပြီး ဖန်သားပြင်ပေါ်က လှုပ်ရှားမှုတွေချည်း အရင်ကြည့်ကြည့်ပါ။ နောက်မှ အသံပြန်တင်ကြည့်ပါ။ ဒါဆိုရင် ကိုယ်ရဲ့လေ့လာမှု ဘယ်အထိ ကောင်းနေသလဲဆိုတာ သုံးသပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒီလိုနှင့် မကြာခင်မှာ တိဗိကအသံတွေကို လုံးဝပိတ်ထားပြီး နားမကြားတဲ့လူလို အရပ်တွေချည်းကြည့်ရင်းက ဘာတွေဖြစ်နေတယ်၊ ဘာတွေပြောနေတယ်ဆိုတာ နားလည်လာပါလိမ့်မယ်။



အခန်း-၂

ပိုင်နက်နှင့် သတ်မှတ်နယ်ပယ်များ

ငှက်တွေ၊ ငါးတွေ၊ မျောက်ဝံစတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေဟာ ပိုင်နက်နယ်မြေ သတ်မှတ်ပြီး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်တတ်ကြတဲ့အကြောင်း ဆောင်းပါးတွေ၊ စာအုပ်တွေ ရေးခဲ့ကြပြီးပါပြီ။ ဒါပေမယ့် လူတွေမှာလည်း ပိုင်နက်နယ်မြေ ကန့်သတ်ထားမှုရှိတာကို မကြာခင်နှစ်များကမှ တွေ့ရှိဖော်ထုတ်နိုင်ခဲ့ကြပါတယ်။

ဒီအချက်ကို သိနားလည်ထားခြင်းအားဖြင့် လူတစ်ယောက်ရဲ့အပြုအမူ နှင့်ပတ်သက်လို့ ထိုးထွင်းသိမြင်ရုံသာမက မျက်နှာချင်းဆိုင်တွေ့ဆုံရာက တုံ့ပြန် ချက်တွေကိုပါ အကဲခတ်နိုင်ပါသည်။

အမေရိကန် မနုဿဗေဒပညာရှင် အက်ဒဝပ် တီ-ဟောလ်ဟာ လူတွေရဲ့ ခန္ဓာဝန်းကျင် လိုအပ်ချက်အကွာအဝေးကို ရှေးဦးပထမ လေ့လာခဲ့သူဖြစ်ပြီး၊ ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ်ဦးပိုင်းမှာတော့ ‘နီးကပ်ပတ်သက်ခြင်း’ဆိုတဲ့ ဝေါဟာရသစ်ကို တီထွင်ခဲ့ပါတယ်။ သူ့သုတေသနတွေက လူသားချင်းဆက်ဆံရေးမှာ နားလည်မှု အသစ်ကိုရအောင် လမ်းညွှန်ပေးခဲ့ပါတယ်။

၁ Edward T. Hall
၂ Proxemics

နိုင်ငံတိုင်းမှာ ပိုင်နက်နယ်မြေကို နယ်ခြားမှတ်တိုင်တွေနှင့် အတိအကျ သတ်မှတ်ထားပြီး၊ တစ်ခါတစ်ရံ လက်နက်ကိုင်အစောင့်တွေတောင် ချထားလေ့ ရှိပါတယ်။ ဒီအထဲကမှ ပြည်နယ်တွေ၊ တိုင်းခရိုင်တွေအဖြစ်နှင့် ထပ်ပြီးခွဲခြားပြန် ပါသေးတယ်။ နောက်တစ်ဖန် ပိုင်နယ်တဲ့ပိုင်နက်တွေကို 'မြို့'ရယ်လို့ ခေါ်ကြ ပြန်တယ်။ အဲဒီက တစ်ဆင့် ရပ်ကွက်တွေ၊ လမ်းတွေ အဆင့်ဆင့်ခွဲလို့ ဆိုင်ရာ ပိုင်နက်တွေ ဖော်ထုတ်ကြပြန်ရော မဟုတ်ပါလား။

ပြီးတော့ ကိုယ်ပိုင်ဆိုင်ထားတဲ့နေရာလေးကို မြတ်နိုးတွယ်တာစိတ်အသီး သီးနှင့် အကြမ်းဖက်ကျူးကျော်မှုတွေ၊ လုယက်သတ်ဖြတ်မှုတွေကို စုပေါင်း ကာကွယ်တတ်ကြပြန်တယ်။

လူတစ်ဦးချင်းအနေဖြင့်လည်း သူ့ခန္ဓာကိုယ်ဝန်းကျင် တစ်နံတစ်လျားကို အထိပါးမခံဘဲ နေရာလပ်အကျယ်အဝန်းထားပြီး ပိုင်နက်သတ်မှတ်တာမျိုးရှိလေရဲ့။

လူတစ်ဦးရဲ့ ကိုယ်ပိုင်နယ်မြေ သတ်မှတ်ချက်တွေမှာ ခြံခတ်ထားတဲ့အိမ်၊ မော်တော်ကားအတွင်းပိုင်း၊ ကိုယ့်အိပ်ခန်း၊ ကိုယ့်ကုလားထိုင် စသဖြင့် ပါဝင်တဲ့ အပြင်၊ အက်ဒဝပ်တီဟောလ်ရဲ့အဆိုအရဆိုရင် ကိုယ်ခန္ဓာပတ်လည်က လေထု ကိုပါ ထည့်တွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခုအခန်းမှာ အဲဒီ လူ့ခန္ဓာကိုယ်တစ်ဝိုက်မှာ ကန့်သတ်ချက်ထားတဲ့ ကွက်လပ်၊ သို့မဟုတ် အပိုင်းအခြားကိုဖော်ပြပြီး အဲဒီပိုင်နက်တွေကို ထိပါး ကျူးကျော်လာရင် လူတွေ ဘယ်လိုတုံ့ပြန်တတ်သလဲ ဆိုတာတွေ အဓိကထား ပြောသွားမှာပါ။

ကိုယ်ပိုင်နေရာ အကျယ်အဝန်း

တိရစ္ဆာန်အများစုဟာ ကိုယ်ခန္ဓာပတ်ဝန်းကျင်၊ သူတို့ကျက်စားရာဒေသ တစ်ဝိုက်ကို သူတို့ရဲ့ပိုင်နက်အဖြစ် သတ်မှတ်ထားကြပါတယ်။

ဒီပိုင်နက် ဘယ်လောက်ကျယ်မယ်ဆိုတာကတော့ အဲဒီသတ္တဝါ ကြီးပြင်း လာတဲ့ဒေသနှင့် ကောင်ရေ အနည်းအများအပေါ် မူတည်ပါသတဲ့။

အာဖရိကတောနက်ထဲက ခြင်္သေ့တစ်ကောင်အဖို့ ပိုင်နက်နယ်မြေဟာ ကီလိုမီတာ ၅၀၊ ဒါမှမဟုတ် ဒီထက်မက ရှိနိုင်တယ်။ ခြင်္သေ့တွေဟာ သူတို့ရဲ့ ပိုင်နက်နယ်နိမိတ်ကို ကျင်ကြီးကျင်ငယ်တွေစွန့်ကာ ပိုင်းခြားတတ်ကြတယ်ဆိုပဲ။ တကယ်လို့ အုပ်စုလိုက်ကြီးပြင်းလာရတဲ့ ခြင်္သေ့ဆိုရင်တော့ ကောင်ရေများရင် များသလို သူ့ပိုင်နက်သတ်မှတ်ချက်ဟာ မိတာအနည်းငယ်လောက်သာ ရှိတဲ့အထိ ကျဉ်းသွားတတ်ပါတယ်။

တခြားသတ္တဝါတွေနှင့်အလားတူ လူတွေမှာလည်း ပိုင်နက်နယ်မြေရှိပြီး ကိုယ်နှင့်မကွာ သွားလေရာ ပါသွားတတ်ပေမယ့်၊ အရွယ်အစားပမာဏကတော့ သူ ကြီးပြင်းရာဒေသရဲ့ လူဦးရေအနည်းအများလိုက်ပြီး သတ်မှတ်လေ့ရှိပါတယ်။

လူ့ရဲ့ကိုယ်ပိုင်နယ်မြေအကျယ်အဝန်းကို လူမျိုးအလိုက် ပိုင်းခြားထား တယ်လို့လည်း ဆိုနိုင်ပါတယ်။

ဂျပန်တွေဟာ လူအုပ်ထဲ တိုးတိုးဝှေ့ဝှေ့နေရတာကို ကျင့်သားရ နေသား ကျနေပါတယ်။ တခြားလူမျိုးတွေကတော့ လူတွေနှင့်ခပ်ခွာခွာနေပြီး သူတို့အတွက် နေရာကျယ်ကျယ်လေးယူထားရတာကို ပိုလိုလားပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဒီနေရာမှာတော့ အနောက်နိုင်ငံက လူတွေရဲ့ပိုင်နက်နယ်မြေ နှင့်ပတ်သက်ပြီး ပြုမူလုပ်ရှားပုံတွေကို အဓိကထားတင်ပြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

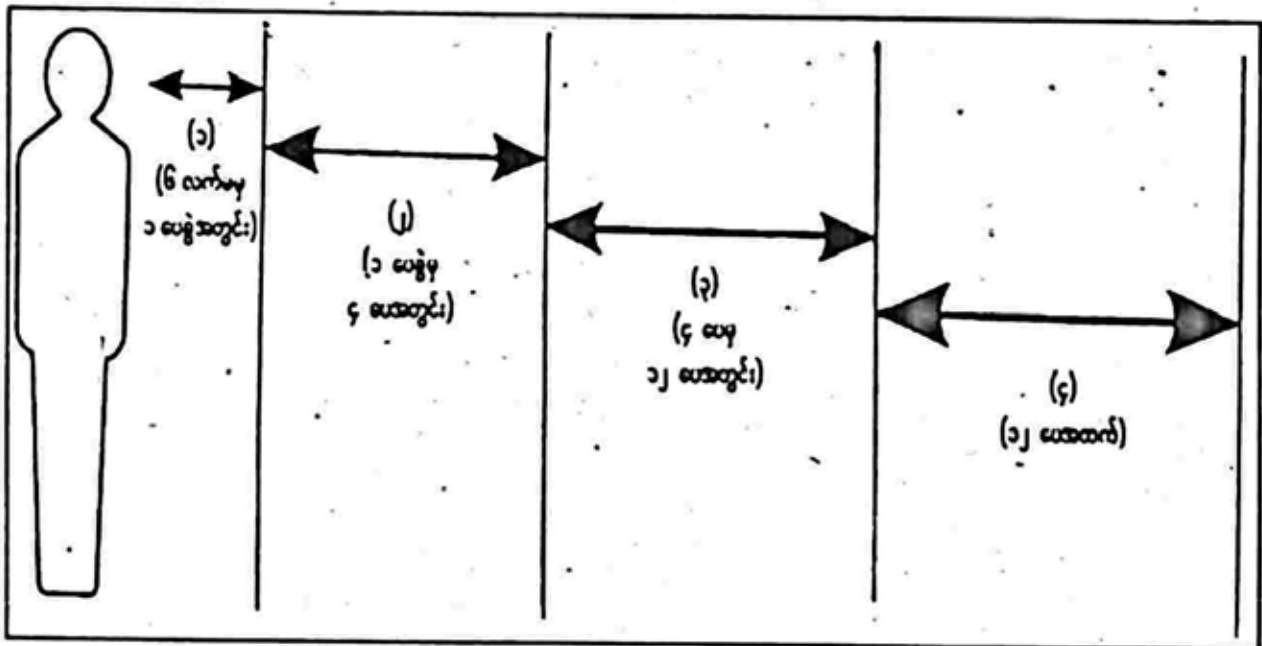
လူချင်းတူပေမယ့် အဆင့်အတန်းခွဲခြားမှုတွေ ရှိနေတာဟာလည်း တစ်ဘက်လူနှင့်ဆက်ဆံရာမှာ အကွာအဝေးစည်းခြားမှုတွေကို ပေါ်ပေါက်လာစေ လေရဲ့။

ဇန်နယ်အကွာအဝေး ကန့်သတ်ချက်များ

ဩစတေးလျ၊ နယူးဇီလန်၊ အင်္ဂလန်၊ မြောက်အမေရိက၊ ကနေဒါတို့က ကြားမှာသတ်မှတ်တဲ့ ကြားခံနယ်နိမိတ်အဝန်းအဝိုင်းဟာ ယေဘုယျအားဖြင့် အတူတူပါပဲ။

ဒါနှင့်အမျှ အကွာအဝေးကိုလိုက်ပြီး ပိုင်နက်နယ်ပယ် ၄ မျိုး ခွဲခြားနိုင် ပါတယ်။





၁။ အနီးကပ်ရင်းနှီးမှု နယ်ပယ် (အတွင်းစည်း)

(၆ လက်မမှ ၁၈ လက်မ အတွင်း)

သတ်မှတ်နယ်ပယ်အားလုံးမှာ ပိုင်ရှင်ဖြစ်တဲ့လူဟာ သူ့ပိုင်နက် 'ခန္ဓာ' ကို မထိပါးအောင် ဂရုတစိုက်နှင့် အစွမ်းကုန် စောင့်ရှောက်ကာကွယ်လေ့ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရင်းနှီးတဲ့သူများသာ အထက်ပါ ဇုန်နယ်ထဲကို အူလိုက် အသည်းလှိုက်နှင့် ဝင်ခွင့်ရကြတာပါ။

အဲဒီလူတွေထဲမှာ ချစ်သူတွေ၊ မိဘတွေ၊ ဇနီးခင်ပွန်းတွေ၊ သားသမီးတွေ၊ ကလေးတွေ၊ ဆွေမျိုးတွေ၊ အရင်းနှီးဆုံးသူငယ်ချင်း မိတ်ဆွေတွေ ပါဝင်ပါတယ်။

၆ လက်မထက်ကျော်ပြီး ကိုင်တွယ်ထိပါးမှုကို လင်မယားချင်းသာ ခွင့်ပြုပါတယ်။ ဒါကို 'အတွင်းကျကျ အနီးကပ်ဆုံးရင်းနှီးတဲ့နယ်ပယ်' လို့ ခေါ်ရမှာပါပဲ။

၂။ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ နယ်ပယ် (အပြင်စည်း)

(၁၈ လက်မမှ ၄၈ လက်မ အတွင်း)

ဒီအကွာအဝေးကတော့ ပါတီပွဲတွေ၊ ရုံးဧည့်ခံပွဲတွေ၊ လူမှုရေးအခမ်းအနားတွေ၊ မိတ်ဆုံပွဲတွေမှာ တခြားလူတွေဆီက ကျွန်တော်တို့ ခွာရပ်ကြရတဲ့ အကွာအဝေးပါပဲ။

၃။ လူမှုရေးနယ်ပယ်
(၄ ဗေမှ ၁၂ ဗေ)

လူစိမ်းတွေ၊ ပိုက်ဆက်သမား၊ လက်သမား စသူတွေ အိမ်ပတ်ဝန်းကျင်မှာ လာပြင်တဲ့အခါ ဒီအကွာအဝေးမှာ နေကြပါတယ်။

စာပို့သမား၊ ဈေးသည်တွေ၊ အလုပ်သမားအသစ်တွေ၊ ကောင်းကောင်း မရင်းနှီးသေးတဲ့လူတွေနှင့် တွေ့ရင်လည်း သုံးပါတယ်။

၄။ အများဆိုင်နယ်ပယ်
(၁၂ ဗေအထက်)

ဧရာမလူစုလူဝေးကြီးနှင့်ဆုံတိုင်း ကျွန်တော်တို့ ရွေးချယ်နေကျ နေသာ ထိုင်သာရှိတဲ့အကွာအဝေးပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

နယ်ပယ်များ၏ အကွာအဝေးကို လက်တွေ့အသုံးချပုံများ

ကျွန်တော်တို့ရဲ့ ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ် (အတွင်းစည်း)ထဲကို တခြားလူ တစ်ယောက်ဟာ အကြောင်း ၂ ခုနှင့် ဝင်လာတတ်ကြပါတယ်။ ပထမတစ်ချက် က ကျူးကျော်ဝင်ရောက်လာသူဟာ ဆွေမျိုးသားချင်း သို့မဟုတ် အရင်းနှီးဆုံး မိတ်ဆွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်လက်နှီးနှောဖို့အတွက် သူ၊ သို့မဟုတ် သူမဟာ ချဉ်းကပ်လာတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။

ဒုတိယအနေနှင့် ကျူးကျော်ဝင်ရောက်လာသူကတော့ ရန်သူလူဆိုးဖြစ် ပြီး၊ တိုက်ခိုက်လုယက်ဖို့၊ ဇွတ်အဓမ္မအကြမ်းဖက်ဖို့ တိုးဝင်လာခြင်းပါ။

လူစိမ်းတွေကို ကိုယ်ရေးကိုယ်တာဇန်နယ်နှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ ဇန်နယ်ထဲ ရောက်လာတဲ့အထိ သည်းခံနိုင်ကြပေမယ့်၊ ရင်းနှီးသူတွေသာဝင်ရတဲ့ ပိုင်နက်ထဲကို ထိုးဖောက်လာရင်တော့ ကျွန်တော်တို့ကိုယ်အတွင်းမှာ ခန္ဓာဗေဒဖြစ်စဉ်အရ ပြောင်းလဲလှုပ်ရှားမှုတွေ ဖြစ်လာတော့တာပါပဲ။ နှလုံးတွေ ပိုခုန်လာမယ်။ သွေး တွေက ဦးနှောက်ကို ဆူပွက်စေမယ်။ အကြောအချင်တွေ ရုန်းထလာပြီး ခုခံ တိုက်ခိုက်ဖို့ အသင့်ပြင်မယ်။

ဆိုလိုရင်းက ခင်ဗျားအနေဖြင့် တွေ့ခါစလူတစ်ယောက်ကို တရင်းတနှီး နှင့် လက်ဆွဲမယ်၊ ပခုံး သွားဖက်မယ်ဆိုရင် တစ်ဘက်လူ ခံချင်မှာမဟုတ်ဘူး။ မကျေမချမ်း ဖြစ်သွားမှာပဲ။ သူ့ရင်ထဲမှာ အောင့်သက်သက်ခံစားနေရောက် ရုန်း ဖယ်ဖို့ကြိုးစားမှာ သေချာတယ်။ အဲ-တကယ်လို့ ပြုံးပြတယ်ဆိုရင်တော့ သူက ကြည်ဖြူတဲ့သဘောနှင့် ရန်မလုပ်ဘူးလို့ အချက်ပြတာပေါ့။

တစ်ဘက်လူကို ကသိကအောက်မဖြစ်စေဘဲ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး အဆင်ပြေချင်တယ် ဆိုရင်တော့၊ ‘ခပ်ဝေးဝေးမှာ နေ’ဆိုတဲ့ ရွှေစည်းမျဉ်းကို လိုက်နာဖို့ပါပဲ။ ဒါပေမယ့် ရင်းနှီးမှုရလာတော့လည်း ရင်းနှီးတဲ့အလျောက် သူတို့ရဲ့ ပိုင်နက်ဇုန်ထဲ ပိုဝင်ခွင့်ရကြလေ့ ရှိပါတယ်။

ဥပမာ လူသစ်တစ်ယောက် အလုပ်ဝင်ခါစမှာ သူ့ကို တခြားဝန်ထမ်း တွေက အေးတိအေးစက်နှင့် စိမ်းကားသလို ရှိကြမယ်။ သူ့အကြောင်း ပိုသိလာတဲ့ အချိန်အထိ လူမှုရေးဇုန်နယ်ထဲတော့ အဝင်ခံနေတာပါ။

လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်တွေနှင့် ဒီလူအကြောင်း အပေါင်းသင့်လို့ အဖွဲ့ကျ သွားပြီဆိုတော့လည်း သူတို့ကြားမှာ ပိုင်နက်နယ်မြေတွေ ကျဉ်းသထက်ကျဉ်း သွားရက သူတို့ရဲ့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာနယ်ပယ်ထဲသာ မကတော့ဘူး။ အနီးကပ် ရင်းနှီးတဲ့ဇုန်နယ်ထဲအထိ ထိပ်ပုတ်ခေါင်းပုတ် ဖက်လှဲတကင်းနှင့် ဝင်ခွင့်ရသွား တော့တာပါပဲ။

အနောက်တိုင်းခလေ့ နှုတ်ဆက်အနမ်း၊ ဂုဏ်ပြုအနမ်း၊ နှစ်သစ်ကူးအနမ်း တွေမှာ ကိုယ်ချင်းခွာထားကြတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

သမီးရည်းစားချင်းကျတော့ ကိုယ်ချင်း တစ်သားတည်းကျအောင် ပူးကပ် ထားကြတယ်လေ။

ကိစ္စကြီးငယ်ကိုလိုက်ပြီး နယ်ပယ်သတ်မှတ်ချက်တွေကို ခြွင်းချက်ပေးတာ လည်း ရှိပါတယ်။ ဆိုပါတော့ အုပ်ချုပ်ရေးအရာရှိတစ်ယောက်ဟာ သူ့လက် အောက်က ရုံးအကူလေးနှင့်အတူ ငါးသွားမျှားနေချိန်မှာ သူ့ရဲ့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ နယ်ပယ်၊ လူမှုရေးဇုန်နယ် ဒါမှမဟုတ် ရင်းနှီးသောဇုန်နယ်ထဲအထိ ဝင်ခွင့်ပေး

ထားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ရုံးရောက်တဲ့အခါကျတော့ အဲဒီအရာရှိဟာ သူ့ငါးမျှားဖော် ရုံးအကူလေးကို လူမှုရေးဇန်နယ်ထဲမှာပဲထားပြီး ဒူးနေရာဒူးတော်နေရာတော်ဆိုသလို ဆက်ဆံမှာပါပဲ။

လူတွေ စုပြုံအုံခဲနေတဲ့ ဖျော်ဖြေပွဲတွေ၊ ရုပ်ရှင်ပွဲတွေ၊ ဓာတ်လှေကား၊ မီးရထား၊ ဘတ်စ်ကားတွေထဲမှာ မလွဲမရှောင်သာ တခြားလူတွေရဲ့ ရင်းနှီးတဲ့ ဇန်နယ်အတွင်းပိုင်နက်ထဲကို တိုးဝှေ့ရတာမျိုး ရှိပါတယ်။ အဲဒီအခါမျိုးမှာ တစ်ဘက်ကတုံ့ပြန်မှုတွေဟာ စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသလောက် အင်မတန်ဂရုပြု မှတ်သားထိုက်ပါတယ်။

အနောက်တိုင်းယဉ်ကျေးမှုဓလေ့အရ ဓာတ်လှေကား၊ သို့မဟုတ် ခရီးသည်တင်ယာဉ်တွေထဲ လူကျပ်နေတဲ့အခါမျိုးမှာ စာနှင့်ပေနှင့် ပြဋ္ဌာန်းထားတာ မဟုတ်ပေမယ့် လိုက်နာကြတဲ့စည်းကမ်းတွေ ရှိနေလေရဲ့။ အဲဒီစည်းကမ်းတွေထဲမှာ အောက်ကအချက်တွေလည်း အပါအဝင်ပေါ့။

- ၁- ခင်ဗျားရဲ့အသိတစ်ယောက် ပါနေရင်တောင် ဘယ်သူ့ကိုမျှ စကားမပြောသင့်ပါ။
- ၂- တခြားလူတွေကို အကြာကြီးစိုက်ကြည့်တာမျိုးကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမယ်။
- ၃- မျက်နှာထားကို ခပ်တည်တည်တင် ထားပါ။ အတွင်းစိတ်လှုပ်ရှားမှု၊ ခံစားမှု၊ တက်ကြွမှုတွေမှန်သမျှ မပြမိပါစေနှင့်။
- ၄- စာအုပ်၊ ဒါမှမဟုတ် သတင်းစာပါရင် အဲဒါကိုပဲအာရုံစိုက်နေပုံ ပြပါ။
- ၅- လူတွေများလေလေကိုယ့်လှုပ်ရှားမှု အနည်းဆုံးနှင့်ငြိမ်နေတာ ကောင်းလေပါပဲ။
- ၆- ဓာတ်လှေကားထဲဆိုရင် ရှေ့က အထပ်နံပါတ်အကွက်တွေကိုပဲ စိုက်ကြည့်နေပါ။

ယာဉ်အမျိုးမျိုးစီးပြီး အလုပ်သွားအလုပ်ပြန် သေပြေးရှင်ပြေးပြေးနေရသူတွေဆီက ‘ဒုက္ခသိပ်ကြီးတာပဲ’၊ ‘စိတ်ကုန်တယ်’၊ ‘စိတ်ညစ်တယ်’စတဲ့ ညည်းသံတွေ မပြတ်တမ်းကြားနေကျပါ။

ဒါဟာ ဘဝတူခရီးသည်တွေရဲ့ ခံစားမှုမပါ ခပ်တည်တည်ကြီးနှင့် စိမ်းကားတဲ့မျက်နှာတွေကို အမြဲတွေ့နေရလို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြီးတော့ သူတို့ဟာ လူကဲခတ်လွဲသလို၊ အထက်ကစည်းမျဉ်းတွေကို သဘောမပေါက်လို့ပါပဲ။

လူတွေအုပ်သင်းဖွဲ့နေတဲ့ နေရာတွေမှာ သူတို့ရဲ့ပိုင်နက်အတွင်းစည်းကို မလွဲမကင်းသာ ကျူးကျော်ထိပါးခြင်းမခံရအောင် အထက်စည်းကမ်းတွေအတိုင်း ကျင့်သုံးပြီး မျက်နှာထိမျက်နှာထားနှင့် တင်းမာခက်ထန်နေတယ်ဆိုတာ လေ့လာ သူတစ်ယောက်အနေဖြင့် နားလည်နိုင်ပါတယ်။

မယုံရင် ရုပ်ရှင်ရုံထဲ နောက်ကျခံပြီး ဝင်သွားကြည့်။ မမြင်ဘူးတဲ့မျက်နှာ တွေနှင့် ထိုင်ခုံတွေကြားမှာ ခင်ဗျားဟာ လူကြားထဲလိုက်နာရမယ့်ရေးမထားတဲ့ စည်းကမ်းချက်တွေကို အလိုလိုနာခံပြီးသားဖြစ်ကာ ကိုယ့်ထိုင်ခုံရှိရာကို စက်ရုပ် လို တရွေ့ရွေ့တလှုပ်လှုပ် တိုးသွားမိပါလိမ့်မယ်။ ဒီကြားထဲ ပူညံပူညံနှင့် ၆၂၅ သံတွေလည်း ကြားကောင်းကြားရဦးမယ်။

အဲ-ကိုယ့်နံပါတ် ကိုယ် ထိုင်မိပြန်တော့လည်း ဘေးက မျက်နှာစိမ်းနှင့် လက်တင်တန်းကိုလုဖို့ ကြိုးစားမိရင်လည်း ကြည်မှာမဟုတ်ပြန်ဘူး။ ဒါကြောင့် လည်း လူတွေဟာ မီးမှောင်မချခင်၊ ရုပ်ရှင်မပြခင် ရုံထဲ အရောက် ဝင်ကြတာပဲ ပေါ့။

ရုပ်ရှင်ရုံ၊ ဘတ်စ်ကား၊ လူပြည့်နေတဲ့ဓာတ်လှေကား ဘယ်နေရာပဲ ဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော်တို့ကိုခြံရံထားသူတွေဟာ ကိုယ်နှင့်မသိတဲ့ မျက်နှာစိမ်းတွေချည်းပဲ ဆိုတော့ ကိုယ့်နယ် သူ့နယ် ခွဲထားကြပြီး အမှားလည်းမခံကြတာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။

ဒေါသထွက်နေတဲ့ လူအုပ်ကြီးကျတော့ သူတို့နယ်ပယ်ကို တစ်ဦးချင်း ကျူးကျော်တာမျိုးကို ရုတ်တရက်တုံ့ပြန်လေ့ မရှိကြပါဘူး။ လူတွေ ကျပ်သိပ် များပြားလာတာနှင့်အမျှ တစ်ယောက်ချင်းအတွက် ပိုင်နက်နယ်မြေတွေ ကျဉ်း လာသလို ဒေါသစိတ်တွေပိုပွားလာတယ်။ တိုက်ခိုက်ဖို့ အဆင်သင့်ဖြစ်နေကြ ပါတယ်။

ဒီသဘောတရားကို ပဋိပက္ခနှိမ်နင်းရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်တွေက အပိုင်ကိုင်ပြီး တိုးဝင်ဖြိုခွင်းကာ တစ်ဦးချင်းရဲ့ပိုင်နက်တွေကို ဖန်တီးလိုက်ကာ လူအုပ်ကြီး ကို ငြိမ်သက်သွားအောင် လုပ်တတ်ကြပါတယ်။

mg

မကြာခင်နှစ်များကမှ အစိုးရနှင့် မြို့တော်စီမံကိန်းအဖွဲ့ဝင်တွေဟာ လူတစ်ဦးချင်းရဲ့ပိုင်နက်တွေကိုထိခိုက်စေတဲ့ ကျပ်ညက်နေမှုကိုဖြေရှင်းပေးဖို့ နေရာချထားရေး အိမ်ရာစီမံကိန်းတွေ ချမှတ်ခဲ့ကြပါတယ်။

နေရေးထိုင်ရေး ပြတ်သိပ်ကျပ်တည်းခြင်းနှင့်ပတ်သက်လို့ အမေရိကန်နိုင်ငံ မေရီလန်ပြည်နယ် ဂျိမ်းစ်အိုင်လန်က သမင်ကောင်လေ့လာချက်ကို သာဓကပြချင်ပါတယ်။ အဲဒီကျွန်းလေးမှာ သမင်တွေဟာ အစာရေစာပေါများတယ်။ ကူးစက်ရောဂါ ဖြစ်ခြင်းလည်း မရှိဘူး။ သတ်ဖြတ်ခံရမှုတွေ ကင်းမဲ့လျက်သားနှင့် တဖြုတ်ဖြုတ် သေကုန်ကြရတယ်။

သမင်တွေသာ မကဘူး။ ကြွက်တွေနှင့် ယုန်တွေလည်း မယုံနိုင်လောက်တဲ့နှုန်းနှင့် သေကြရတယ်လို့ လေ့လာသိရှိလိုက်ရတယ်။ အဆုံးကျတော့ အဲဒီသမင်တွေဟာ သမင်ဦးရေ တိုးပွားကျပ်တည်းလာမှုကြောင့် ကိုယ်ပိုင်ဇုန်နယ်ကျဉ်းမြောင်းလာရာက ကျောက်ကပ်အကျိတ်တွေ အဆမတန်အလုပ်လုပ်ခဲ့ကြရလို့ ကျန်းမာရေးထိခိုက် သေဆုံးခဲ့ရတယ်ဆိုတာ အဖြေတွေ့ရပါတယ်။

ကျောက်ကပ်အကျိတ်များဟာ ကိုယ်ခန္ဓာကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှု၊ ပြန်လည်ထုတ်လုပ်မှု၊ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ခုခံကာကွယ်မှုတွေကို ထိန်းညှိပေးရာမှာ အရေးကြီးတဲ့ကဏ္ဍက ပါဝင်ပါတယ်။

ဒီတော့ လူဦးရေ မတန်တဆတိုးပွားမှုက ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖိစီးမှုကို ဖြစ်စေပါတယ်။ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးမှု၊ ရောဂါကူးစက်မှု၊ တစ်ဘက်က ရန်လုပ်မှုတွေထက် ပိုပြီးထိခိုက်စေတယ် ဆိုရမှာပဲ။

ဒါနှင့်အမျှ လူတွေ ပြတ်သိပ်ကျပ်တည်းပြီးနေရတဲ့ ဒေသတွေမှာ ရာဇဝတ်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်မှုနှုန်းတွေ အမြင့်မားဆုံးဖြစ်တာလည်း တွေ့နိုင်ပါတယ်။

ရဲဘက်ဆိုင်ရာအမှုစစ်တွေဟာ ပိုင်နက်ကျူးကျော်တဲ့ပရိယာယ်တွေနှင့် အစစ်ခံ(ဒုစရိုက်သမား)တွေရဲ့တင်းခံမှုတွေကို ဖြိုခွဲခဲ့ကြပါတယ်။ သူတို့ဟာ ဒုစရိုက်သမားကို လက်တန်းမပါတဲ့ခုံနှင့် အခန်းကျယ်ကြီးအလယ်မှာ ထိုင်ခိုင်းပြီး၊ သူရဲ့(ရင်းနှီးတဲ့လူတွေကိုမှ ဝင်ခွင့်ပေးတဲ့နယ်ပယ်)အတွင်းစည်းကို ပိုင်စိုးပိုင်နင်းဝင်ပြီး မေးခွန်းထုတ်တယ်။ သူ့ကို စိတ်ဓာတ်ကျ စိတ်တိုစေပြီး အဖြေတွေ

အန်ထွက်စေပါတယ်။ လိုချင်တဲ့အဖြေ မရမချင်း အဲဒီနေရာကို အပိုင်စီးထား တာပါပဲ။ ဒီလိုနှင့် အချိန်တိုအတွင်းမှာ ဒုစရိုက်သမားရဲ့ခံနိုင်ရည်ကို အရည်ဖျော်ပြီး လိုချင်တာရအောင် ယူသွားနိုင်ကြတာပဲလေ။

တခြားပုဂ္ဂိုလ်တွေကလည်း အလားတူ ပိုင်နက်ကျူးလွန်မှုနှင့် စိတ်အနှောင့် အယှက်ဖြစ်အောင်လုပ်ပြီး လိုချင်တဲ့သတင်းတွေ နှိုက်ထုတ်တတ်ကြလေရဲ့။

ဒါပေမယ့် ကုန်သည်တစ်ယောက်ဟာ ဝယ်သူနှင့်ဆက်ဆံရာမျိုးမှာတော့ ဒီပုံစံမျိုးသွားသုံးရင် မိုက်မဲလွန်းရာကျမှာ အမှန်ပါပဲ။

နေရာယူပုံများ

လူတစ်ယောက်ဟာ ရုပ်ရှင်က ထိုင်ခုံတစ်ခုံ၊ အစည်းအဝေးစားပွဲက ကုလားထိုင်တစ်လုံး၊ တင်းနစ်ကစားရုံ မျက်နှာသုတ်ပဝါချိတ်တန်းက ချိတ်ချိတ်တဲ့ နေရာတစ်နေရာ ယူမယ်ဆိုရင် ၂ ယောက်ကြားမှာ အကျယ်ဆုံး၊ အကောင်းဆုံး နေရာ ရအောင်ယူမယ်ဆိုတာ ဗေဒင်တောင် မေးစရာမလိုပါဘူး။

အဲဒီရည်ရွယ်ချက်ဟာ ဘေးလူကို စော်ကားမော်ကားလုပ်ဖို့တော့ မဟုတ် ပါဘူး။ တကယ်တော့ ဘေးလူနှင့် မနီးလွန်းမဝေးလွန်းဘဲ အလယ်ကျကျ ကိုယ့် နေရာ ကိုယ့်ပိုင်နက်လေးကို တဒင်္ဂအရယူလိုက်တဲ့ သဘောပါပဲ။

ခြွင်းချက်တစ်ခုတော့ ရှိတယ်။ သုတေသနပြုချက်တွေအရ သန့်စင်ခန်း တွေမှာတော့ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက်ဟာ အစွန်ဆုံးနေရာကို ရွေးချယ်ကြပြီး၊ အစွန်ဆုံးကိုမရမှ အလယ်ကိုဝင်တတ်ကြတာ တွေ့ရပါတယ်။

လူမျိုးအလိုက် နယ်ပယ်သတ်မှတ်မှုနှင့် အကျိုးဆက်များ

မကြာခင်ကမှ ဒိန်းမတ်နိုင်ငံကနေ ဆစ်ဒနီမြို့ကို ပြောင်းလာကြတဲ့ လူငယ် ဇနီးမောင်နှံဆီ ကလပ်အသင်းတစ်ခုကိုဝင်ဖို့ ကမ်းလှမ်းခဲ့ကြတယ်။

သူတို့အသင်းသားဖြစ်ဖို့ ဘာကြာမလဲ။ အသင်းသူတွေက ‘ယောက်ျား ဖြစ်သူဟာ အတင့်ရဲလွန်းတယ်’လို့ ပြောလာကြသလို၊ အသင်းသားတွေကလည်း ‘အမျိုးသမီးရဲ့အမူအရာတွေဟာ မြို့ဆွယ်ရာရောက်နေတယ်’လို့ ထင်ကြပါသတဲ့။

အမှန်တော့ ဥရောပတိုက်သားတွေဟာ သူတို့ရဲ့ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ် အတွင်းစည်းကို ၈ လက် - ၁၂ လက်မလောက်သာ ကန့်သတ်ထားတယ်။ တချို့ဆို အဲဒီထက် တောင် ဘောင်ကျဉ်းပါသေးတယ်။

ခုန ဒိန်းမတ်စုံတွဲကတော့ ရင်းနှီးမှုအတိုင်းအတာကို ၂၀ လက်မလောက် အထိယူထားတဲ့ နိုင်ငံသားတွေပီပီ ဩစတေးလျသားတွေရှိရာ ၁၀ လက်မ လောက်အထိ ဘာသဘောမျှမထားဘဲကပ်ခဲ့မိကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ဒိန်းမတ်နိုင်ငံသားတွေအနေဖြင့် မျက်လုံးအကြည့်မှာ ဩစတေးလျနိုင်ငံ သားတွေထက် ပိုများတတ်တာမို့ တစ်ဘက်သားရဲ့ အထင်လွဲခံရတာပါ။

အမျိုးသမီးတစ်ယောက်ရဲ့ပိုင်နက်နယ်ပယ်ထဲ . အမျိုးသားတစ်ဦးက ကျူးကျော်ရာရောက်သွားခဲ့ရင် မလိုလားတဲ့သဘောတွေ ပြပါတယ်။ သူ့အတွက် နေသာတဲ့အထိ နောက်ဆုတ်သွားမယ်။ ကိုယ်ပိုင်ဇုန်နယ် ကျယ်ကျယ်မထားတတ် တဲ့ တောသားအနေနှင့်တော့ ရှေ့တိုးကပ်မှာပဲ။ ဒါကို အမျိုးသမီးက သက်သက်မဲ့ လိုက်နှောင့်ယှက်တာပဲလို့ ယူဆလိမ့်မယ်။

ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်ရဲ့ ရင်းနှီးမှုဇုန်နယ်ထဲကို ဝင်တိုးတာဟာ စိတ်ဝင်စားမှု ကို ပြသရာရောက်သလို၊ 'အကဲစမ်း'တာလို့လည်း ခေါ်ကြပါတယ်။

တကယ်လို့ တစ်ဘက်ကအလိုမကျရင် ရပ်တန်းက ရပ်၊ သို့မဟုတ် နောက်ဆုတ်ဖို့ပါပဲ။ ကြည်ဖြူတယ်ဆိုရင်တော့ ဆက်နေခွင့်၊ ရှေ့တိုးခွင့် ရှိတာ ပေါ့။

ခုန ဒိန်းမတ်စုံတွဲတွေအတွက် သမရိုးကျဆက်ဆံမှုဟာ ဩစတေးလျ တွေအဖို့ အကဲစမ်းတဲ့သဘော သက်ဝင်သွားပါတယ်။ ဒိန်းမတ်တွေဘက်က ကြည့်တော့လည်း ဩစတေးလျသားတွေဟာ အေးစက်စက်နိုင်ပြီး ဆက်ဆံရေး ကျဲတယ်လို့ ထင်စရာပါပဲ။

တစ်ခါက အမေရိကန်မှာကျင်းပတဲ့ ညီလာခံတစ်ခုမှာ အမေရိကန်တွေ ဟာ တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ၁ ပေခွဲကျော်ကနေ ၆ ပေအထိ ခွာပြီးစကား ပြောကြတာ တွေ့ရပါတယ်။

mgyoe.com

အဲဒီကြားထဲမှာ ဂျပန်တစ်ယောက်ဟာ အမေရိကန်တစ်ဦးနှင့်ဆုံတော့ ရှေ့တိုးနောက်ဆုတ်နှင့် အခန်းထဲပတ်ပြေးသလို ဖြစ်သွားပါလေရော။ တကယ်တော့ ၂ ယောက်စလုံးက သူတို့စိတ်ကြိုက် ရပ်တည်မှုအနေအထားကို အရယူကြတာပါ။

ဂျပန်အနေဖြင့် ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ်ကို ၁၀ လက်မအတွင်းသတ်မှတ်ထားတော့ သူက အနီးကပ်စကားပြောဖို့ ကြိုးစားတာဖြစ်ပေမယ့်၊ အမေရိကန်ကြီးအဖို့ သူ့ရဲ့ပိုင်နက်ကို ဇွတ်တိုးအဝင်ခံရာရောက်ပြီး သူလိုချင်တဲ့အကွာအဝေးရအောင် နောက်ဆုတ်ပြေးတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီ ဗွီဒီယိုမှတ်တမ်းကို အမြန်နှုန်းနှင့်ပြလိုက်တဲ့အခါ ဂျပန်ကြီးက ဦးဆောင်ပြီး အခန်းထဲမှာ ၂ ယောက်သား လိုက်တမ်းပြေးတမ်း က၊နေသလို ဖြစ်သွားတော့တာပါပဲ။

ဒါကြောင့်လည်း ညှိနှိုင်းဆွေးနွေးကြရာမှာ အာရှနိုင်ငံသားတွေနှင့် အမေရိကန်သားတွေ၊ ဥရောပသားတွေ နားလည်မှု လွဲကုန်ကြရတာကလား။

အမေရိကန်နှင့် ဥရောပသားတွေက အာရှသားတွေကို ဇွတ်တရွတ်နှင့် ရင်းနှီးမှုပိုလွန်းတယ်လို့ အောက်မေ့ကြသလို၊ အာရှသားတွေကလည်း အနောက်တိုင်းသားတွေအပေါ် မာရေကြောရေနိုင်တယ်၊ အေးစက်စက်နှင့် တစ်မိမိပြင်ပြင်ကြီးတွေလို့ မြင်ကြတွေ့ကြတော့တာပဲ။

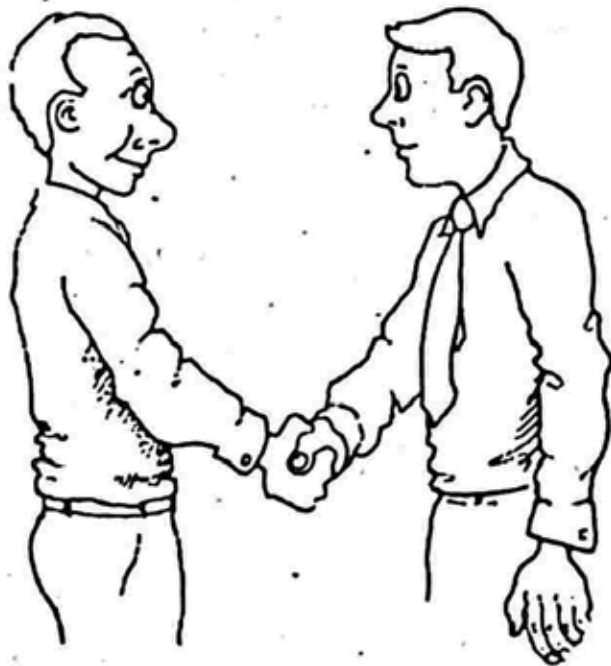
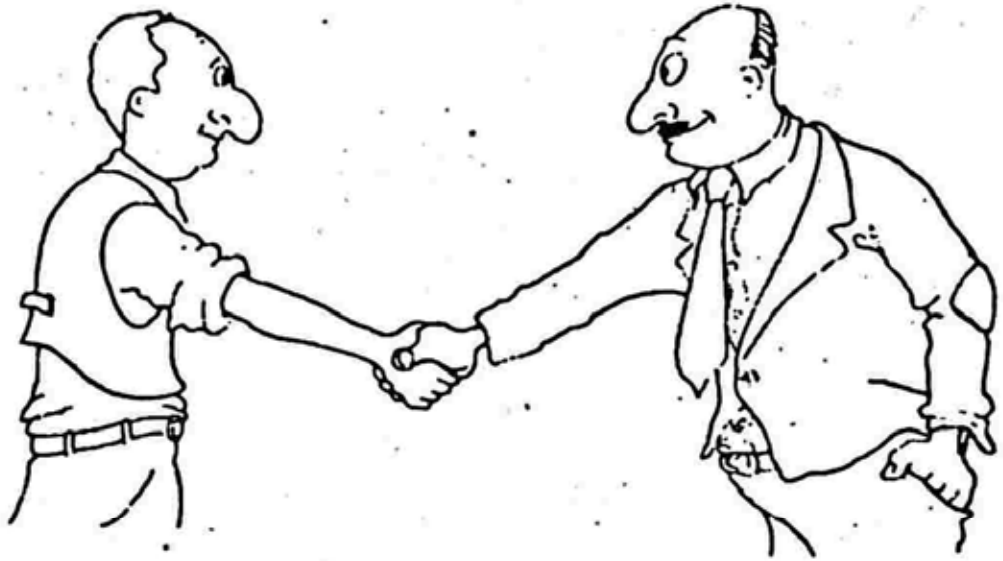
လူမျိုးအလိုက် ယဉ်ကျေးမှုဓလေ့ထုံးစံတွေ မတူကြသလို ပိုင်နက်နယ်မြေကန့်သတ်မှုတွေ ကွာခြားတာကို အရေးမထားမိကြလေတော့ အထင်အမြင်တွေ လွဲကုန်ကြရတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

တောနှင့် မြို့ ပိုင်နက်ကွာဟမှု

ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း လူတစ်ကိုယ်ရဲ့ ပိုင်နက်အကျယ်အဝန်းဟာ သူ နေထိုင်ရာဒေသက လူဦးရေအစိတ်အကျဲအပေါ် မူတည်နေပါတယ်။ လူနေကျရာအရပ်မှာနေသူများဟာ လူနေထူထပ်တဲ့ မြို့ပေါ်နေသူတွေထက် ပိုင်နက်နယ်မြေပိုယူတာတွေ့ရပါတယ်။

လူတစ်ယောက် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်တဲ့အကွာအဝေးကို ကြည့်ရုံနှင့် သူဟာ မြို့သားလား၊ တောသားလား သိနိုင်ပါတယ်။

မြို့သားတွေအနေဖြင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ချိန်မှာ ကိုယ်ပိုင်နယ်ပယ်ကို လက်မ ၂၀ အထိသာ ထားလေ့ရှိလေရဲ့။ ပုံပါ အကွာအဝေးကြားမှာပဲ တစ်ဘက် လူနှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ကြတယ်ပေါ့။



တောရပ်ဒေသမှာ ကြီးပြင်းလာသူတွေအဖို့တော့ လူနေကျရာမှာ နေခဲ့ကြ ရသလို ပိုင်နက်အကျယ်အဝန်းဟာ လက်မ ၄၀ နှင့်အထက်မှာရှိတယ်။ ဝမ်းဗိုက် ကနေတိုင်းတဲ့ အကွာအဝေးပဲဖြစ်ပါတယ်။

တောသားတွေဟာ မြေကြီးပေါ်ခြေကုပ်ယူပြီးမှ လက်ဆန့်ထုတ်လို့ ရှေ့ကို ကိုင်းညွတ်ပြီး နှုတ်ဆက်နေကျပါပဲ။

ဒီထက်ပိုပြီး အနေဝေးလို့ လူဦးရေပါးတဲ့ တောင်ပေါ်ဒေသမျိုးကလူတွေ ကျတော့ ကိုယ်ပိုင်ဆက်ဆံရေးဇုန်နယ်ကို အပြင်စည်းအနေနှင့် ၁၄-၅ ပေလောက် အထိ ချဲ့ထားတတ်ပါတယ်။ သူတို့ဟာ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်တာထက် အဝေးကြီး မှာရပ်ပြီး လက်ပြ နှုတ်ဆက်ရတာကို ပိုနှစ်သက်ကြလေရဲ့။

မြို့ဈေးသည်တွေဟာ လူမနီးသူမနီး တောင်ယာထဲကယာသမားတွေကို ယာလုပ်ကိရိယာတွေရောင်းဖို့ အော်ခေါ်လေ့ရှိကြပါတယ်။ ယာသမားအနေဖြင့် ပေ ၂၅-၃၀၊ တစ်ခါတလေ ဒီထက်မက ဝေးရာက ပြန်ထူးပါလိမ့်မယ်။ သူ့အဖို့ အနီးကပ် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်တာဟာ သူ့ပိုင်နက်ကို ကျူးကျော်ရာရောက်ရုံမက မယုံသင်္ကာစိတ်ဝင်သွားနိုင်ပြီး ခုခံတားဆီးဖို့တောင် ကြံနိုင်ပါတယ်။

အထာကျွမ်းတဲ့ နယ်လှည့်ဈေးသည်တစ်ဦးဟာ တောသားတစ်ယောက်ကို ခပ်ခွာခွာကပဲ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှာဖြစ်ပြီး၊ တောသူတောသားကလည်း အဝေးက လက်ပြတာဟာ သူတို့ရဲ့ယဉ်ကျေးမှုလေ့ပါပဲ။

ပိုင်နက်နယ်ပယ်နှင့် ပိုင်ဆိုင်မှု

လူတစ်ယောက်ပိုင်ဆိုင်တဲ့ပစ္စည်း၊ သို့မဟုတ် နေရာကို တစ်ကိုယ်စာ ဝန်းကျင်လှိပဲ သီးသန့်အသုံးပြုနေကျ ဖြစ်ပါတယ်။

အိမ်၊ ရုံးခန်း၊ မော်တော်ကား စတဲ့အရာတွေမှာ ပိုင်နက်ကန့်သတ်မှု တွေရှိပြီး၊ တံတိုင်းတွေ၊ ဂိတ်တွေ၊ တံခါးတွေနှင့် နယ်နိမိတ်ပိုင်းခြားထားတာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။

ပိုင်နက်တိုင်းမှာလည်း ထပ်ဆင့်ပိုင်နက်ငယ်တွေ ခွဲခြားထားကြပြန်ပါ တယ်။ ဥပမာ အိမ်တစ်အိမ်မှာ မီးဖိုချောင်နှင့် အဝတ်လျှော်ခန်းဟာ အိမ်ရှင် အမျိုးသမီးရဲ့ ကိုယ်ပိုင်နယ်ပယ်ဖြစ်ပြီး၊ သူ လုပ်တုန်းကိုင်တုန်းမှာ တခြားလူ အဝင်မခံပါဘူး။ လုပ်ငန်းရှင်တစ်ဦးအနေဖြင့်လည်း သူ့အလုပ်စားပွဲနှင့် အစည်း အဝေးခန်းက ထိုင်နေကျနေရာ ရှိမှာဖြစ်တယ်။ စားသောက်ခန်းတွေမှာလည်း

ကိုယ့်စိတ်ကြိုက်ရွေးချယ်ထားတဲ့ စားပွဲခုံရယ်လို့ ရှိနေကျပါပဲ။ အိမ်မှာဆိုလည်း အိမ်ထောင်ဦးစီးဖြစ်တဲ့ ဖခင်အတွက် သီးသန့်နေရာတစ်ခု ဖယ်ထားရစမြဲပါ။

တချို့နေရာတွေမှာ ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းတစ်ခုခုနှင့် နေရာဦးထားတတ်ကြတာ တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ တချို့ညစာစားပွဲတွေမှာ ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်အတွက် နာမည်ထိုးပေးထားတာတောင် ရှိပါတယ်။ အစည်းအဝေးခန်းမှာဆိုလည်း မိမိပိုင်နက်ဖြစ်တဲ့ လက်မ ၂၀ အတွင်းမှာ ဘောလ်ပင်တွေ၊ စာအုပ်တွေနှင့် ကုတ်အင်္ကျီတွေ တင်ထားခြင်းအားဖြင့် ပိုင်ရှင်ရှိကြောင်း အသိပေးထားတတ်ပါတယ်။

ဒေါက်တာ ဒက်စမွန်မောရစ်*ရဲ့ လေ့လာဖော်ထုတ်ချက်အရ စာကြည့်တိုက်စားပွဲပေါ်မှာ စာအုပ်၊ သို့မဟုတ် ကိုယ်ပိုင်ပစ္စည်းတစ်ခုကိုတင်ပြီး 'ဒီနေရာလူရှိတယ်'လို့ ပြသထားမှုဟာ ပျမ်းမျှ ၇၇ မိနစ်လောက်အထိ ကြာတတ်ပါတယ်။

ကုလားထိုင်နောက်မှီမှာ ကုတ်အင်္ကျီ လွမ်းထားတာကတော့ ၂ နာရီခန့်အထိ ရှိတတ်ပါတယ်။

အိမ်မှာတော့ ဆေးတံ၊ သို့မဟုတ် မဂ္ဂဇင်းတစ်အုပ်အုပ်နှင့် သူ့နေရာဖြစ်ကြောင်း ပြထားတတ်ပါတယ်။

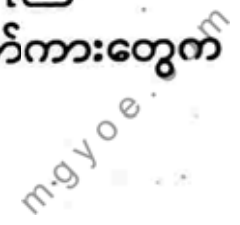
အိမ်တစ်အိမ်ကို ရောက်သွားရင်လည်း ဧည့်ခန်းထဲမှာတောင် ဧည့်သည်ထိုင်ဖို့နေရာနှင့် အိမ်ရှင်နေရာရယ်လို့ အတွင်းကျိတ်သတ်မှတ်ထားတာမျိုးရှိတာမို့ ဧည့်သည်အနေဖြင့် အိမ်ရှင်ရဲ့အရိပ်အကဲကိုကြည့်ပြီး သင့်လျော်ရာနေရာကို ရွေးထိုင်ဖို့ လိုပါတယ်။

မော်တော်ယာဉ်များ

စိတ်ပညာရှင်များက ယာဉ်မောင်းသူတွေဟာ လူမှုဆက်ဆံရေးနယ်ပယ်က သမရိုးကျ ပိုင်နက်သတ်မှတ်မှုထက် နေရာပိုယူတတ်ကြတယ် လို့ ဆိုကြပါတယ်။

တစ်နည်းအားဖြင့် တစ်ဦးချင်းပိုင်ဆိုင်မှုထက် မော်တော်ကားတွေက

* Dr Desmond Morris



၁၀ဆလောက် ပိုကြပါသတဲ့။ ဒါဟာ မော်တော်ယာဉ်ရဲ့ ရှေ့နှင်နောက် ပေ ၂၅-၃၀ လောက်အထိ သူတို့ပိုင်နက်ကို ချဲ့ထွင်သတ်မှတ်တဲ့ သဘောပါပဲ။

တကယ်လို့ သူ့ကားရှေ့က တခြားယာဉ်တစ်ခု ဖြတ်ဝင်လာရင် ယာဉ်ချင်း မတိုက်မိတဲ့တိုင်အောင် ကားမောင်းသူဟာ စိတ်တိုစိတ်ဆိုးပြီး တစ်ဘက်လူကို ကြိမ်းလားမောင်းလားရန်လုပ်ရော မဟုတ်လား။

ဒါကို ဓာတ်လှေကားထဲ လူတစ်ယောက်ဝင်မယ့်ဆဲဆဲ၊ သူ့ရှေ့က တစ်ယောက် ဖြတ်ဝင်တဲ့အဖြစ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။

အဲဒီနေရာမှာတော့ ဖြတ်အဝင်ခံရတဲ့လူက သာမန်အားဖြင့် ခွင့်လွှတ်နေကျ ဖြစ်တယ်။ နောက်လူကို ဦးစားပေးပြီး ဝင်ခွင့်ပြုတတ်ကြပါတယ်။

ဒါဟာ လမ်းပေါ်မှာ ယာဉ်ရှေ့ကအဖြတ်ခံရတဲ့ ဒရိုင်ဘာနှင့် ခြားနားချက် ပါပဲ။

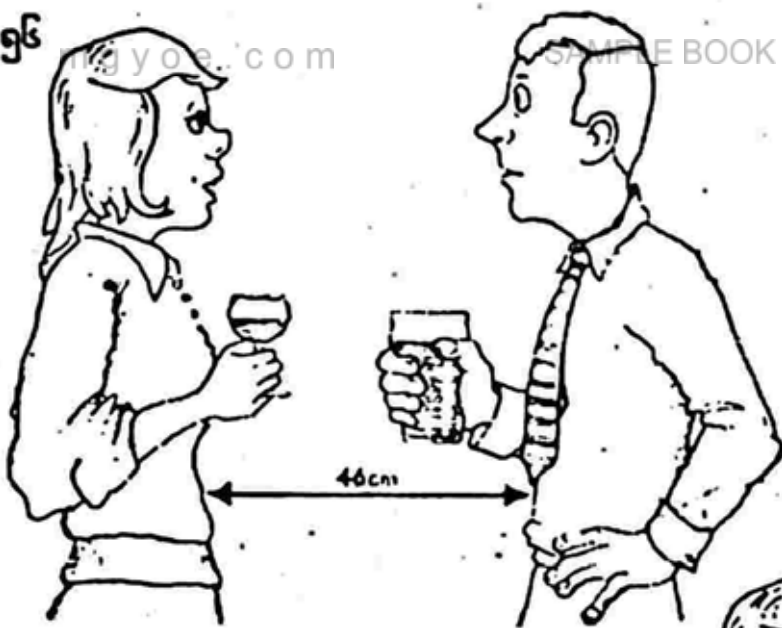
အချုပ်ပြောရရင် တစ်ဘက်သားရဲ့ပိုင်နက်နေရာကို ဝင်ရောက်ရာမှာ လက်ခံတာ၊ ကန့်ကွက်တာဟာ ခင်ဗျားရဲ့လေးစားမှု၊ အရေးထားမှုအပေါ် တည်ပါတယ်။

‘ပျော်ပျော်နေ သေခဲ’ဆိုတဲ့ လူတစ်ယောက်က လမ်းပေါ်မှာ တွေ့သမျှ လူကို ကျောပုတ်ခေါင်းပုတ်နှင့်လုပ်လာရင်၊ ဒါမှမဟုတ် စကားပြောရင်းက တို့လားဆိတ်လားလုပ်နေရင် ဘယ်သူမျှ သူ့ကို သဘောကျမှမဟုတ်တာ ဧကန်ပဲ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လူမှုဆက်ဆံရေးမှာ ဘီလူးစည်းလူ့စည်းဆိုသလို ပိုင်နက် နယ်ပယ်အကျယ်အဝန်းတွေ ခွဲခြားထားတာကို အသိအမှတ်ပြုပြီး ကြိုတင် နားလည်မှုတွေရှိထားရင် ဘယ်နေရာမှာမဆို အဆင်ပြေနိုင်တာပေါ့။

တစ်ဘက်ပါပုံကို လေ့လာကြည့်ရင် သဘောပေါက်ပါလိမ့်မယ်။

- က - အမျိုးသားရောအမျိုးသမီးပါ မြို့သားတွေဖြစ်ပြီး၊ အမျိုးသားက အမျိုးသမီးရဲ့ရင်းနှီးမှုရအောင် ချဉ်းကပ်နေပါတယ်။
- ခ - အမျိုးသားဘက်က ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ်ဟာ အမျိုးသမီးထက် ပိုကျဉ်းနေပြီး အမျိုးသမီးရဲ့ပိုင်နက်ထဲကို မသိမသာကျူးကျော်ဝင်ထားပါတယ်။



ဘယ်သူတွေလဲ၊ ဘယ်က လာသလဲ။

၈ - အမျိုးသားဟာ ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ်ကျဉ်းကျဉ်းလေးသာ သတ်မှတ်တဲ့ လူမျိုးတစ်မျိုး ဖြစ်ပုံရပါတယ်။ အမျိုးသမီးကတော့ ရင်းနှီးမှုနယ်ပယ်ကို ခပ်လှမ်းလှမ်းလေးခွာပြီး ခပ်ကျယ်ကျယ်ယူထားတတ်တဲ့ဒေသမှာ ကြီးပြင်း ခဲ့ရဟန်ပါပဲ။

ရိုးစင်းတဲ့ မေးခွန်းလေးတချို့ထုတ်ပြီး ဆက်လေ့လာကြည့်လိုက်ရင် သူတို့ရဲ့အခြေအနေမှန်ကို သိလာရမှာဖြစ်ပြီး၊ ခင်ဗျားအဖို့လည်း တစ်ဘက်သားကို နားမလည်ပါးမလည်နှင့် အနှောင့်အယှက်ပြုမိတဲ့အမှားမျိုးက ရှောင်လွှဲနိုင်မှာ သေချာပါတယ်။



အခန်း-၃

လက်ဝါးဟန်ပန်များ

ရိုးသားမှုနှင့် ပွင့်လင်းမှု

လက်ဝါးဖြန့်ထားခြင်းဟာ မှန်ကန်မှု၊ ရိုးသားမှု၊ သစ္စာစောင့်သိမှု၊ အောက်ကျိုးကျိုးနွံမှုတွေနှင့် ဆက်နွယ်နေတာ တွေ့ရပါတယ်။

ကျမ်းသစ္စာကျိန်ဆိုမှုများစွာမှာ ရင်ဘတ်အပေါ် လက်ဝါးအုပ်ကြသလို၊ တရားရုံးမှာ အစစ်ခံကြတဲ့အခါလည်း လေထဲမှာ လက်ဝါးဖြန့်ပြီး ထွက်ဆိုလေ့ ရှိပါတယ်။ သမ္မာကျမ်းစာကို ဘယ်လက်ကကိုင်ပြီး၊ ညာလက်ဝါးကို ခုံအဖွဲ့ဝင် လူကြီးတွေမြင်သာအောင် မြှောက်ထောင်ထားကြရပါတယ်။

နိစ္စရူဝ ကြုံတွေ့နေကျကိစ္စရပ်တွေမှာတော့ လူတွေဟာ လက်ဝါးအနေ အထား ၂ မျိုးကို သုံးစမြဲပါ။

ပထမတစ်မျိုးက လက်ဝါးကို ဖြန့်တာပါပဲ။ ငွေကြေး၊ သို့မဟုတ် အစား အစာတွေ တောင်းခံတဲ့သဘောပေါ့။

ဒုတိယအမျိုးကတော့ တစ်ခုခုကိုဆွဲကိုင်ရာမှာ၊ သို့မဟုတ် ထိန်းချုပ် တားဆီးရာမှာ လက်ဝါးကို အောက်ဘက်စိုက်ချထားတာပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်ဟာ ပွင့်လင်းမှုနှင့် ရိုးသားမှု ရှိမရှိ စူးစမ်းအကဲခတ်ရာ မှာ လက်ဝါးထားတဲ့ဟန်ကို ကြည့်တာကလည်း အဖိုးတန်နည်းလမ်းတစ်ခုပါပဲ။

ခွေးတစ်ကောင်ဟာ သူ့ ကြောက်ရတဲ့လူနှင့်တွေ့ရင် လည်စင်းခေါင်းငုံ့ နေသလိုပဲ၊ လူသတ္တဝါတွေဟာလည်း သူ့ရဲ့သဘောထား၊ ရင်တွင်းခံစားချက်ကို လက်ဝါးအမူအရာနှင့် ဖော်ပြတတ်ပါတယ်။

ဥပမာအားဖြင့် ‘ပကတိရိုးသားပွင့်လင်းမှု ရှိပါတယ်’လို့ သိစေချင်တဲ့ ဆန္ဒနှင့် လူတွေဟာ လက်ဝါး ၂ ဖက်ကို ပက်လက်လှန်ပြပြီး-



“မင်းနှင့် ငါ အပွင့်လင်းဆုံးပြောရအောင်” ဆိုတဲ့ စကားမျိုး အသုံးပြုလေ့ ရှိတာပါ။

လူတစ်ယောက်ဟာ ‘သစ္စာရှိရှိနှင့် အမှန်အကန်ပွင့်ဟမယ်’လို့ ကြံလိုက် တာနှင့် သူ့လက်ဝါးတစ်ခုလုံးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ တစ်စိတ်တစ်ဒေသပဲ ဖြစ်ဖြစ် လှစ်ပြ ပါလိမ့်မယ်။

တခြား ကိုယ်အမူအရာစကားတွေလိုပဲ၊ လက်ဝါးဟန်ပန်ဟာလည်း အမှတ်တမဲ့လုပ်မိတဲ့သဘော ရှိတာနှင့်အမျှ တစ်ဘက်လူကို 'ဪ-သူ အမှန်တွေ ပြောနေပါလား' လို့ အသိဝင်စေပါတယ်။

မိန်းမချင်း ဒေါသအလျောက် ပါးရိုက်မယ်လို့ လက်ဝါးထောင်ပြတာ၊ ရန်ထောင်တာမျိုးကိုပဲ ကြည့်။ သိစိတ်နှင့် မသိစိတ် ရောပြီးလုပ်မိတဲ့အမူအရာ တွေပါပဲ။

ကလေးတစ်ယောက်ဟာ လိမ်ပြောနေရင်၊ ဒါမှမဟုတ် တစ်ခုခုကိုဖုံးကွယ် နေမယ်ဆိုရင် လက်ဝါးတွေကို သူ့ကျောနောက်မှာဝှက်ထားတာ တွေ့ရမှာပါ။

ဒီလိုပါပဲ၊ အိမ်ထောင်ရှင်ယောက်ျားတစ်ယောက်ဟာလည်း သူ့အပေါင်း အသင်းတွေနှင့် ညဉ့်နက်သန်းခေါင်အပျော်ကျူးခဲ့ရာက ဘယ်နေရာတွေကို ရောက်လို့ ဘာလုပ်ခဲ့တယ်ဆိုတာ လှီးလွှဲပြောဆိုရာမှာ သူ့လက်တွေကို ဘောင်းဘီ အိတ်၊ ဒါမှမဟုတ် ဂျာကင်အိတ်ထဲ နှိုက်ထားတတ်ပါတယ်။ ညာဝါးဖြေရှင်းမှုကို ဖုံးဖိတဲ့လက္ခဏာအဖြစ်နှင့် လက်ပိုက်ထားတာမျိုးလည်း ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါကို အကင်းပါးတဲ့ဇနီးအနေဖြင့် သူ့လက်နေလက်ထားကိုကြည့်ရုံနှင့် ဒီဇနဲ 'ပတ်' နေပြီ ဆိုတာ တန်းသိနိုင်ပါတယ်။

ကုန်သည်တွေ၊ အရောင်းသမားတွေအနေဖြင့်လည်း ဝယ်သူက ဘာဖြစ် လို့ မဝယ်နိုင်တာပါလို့ အကြောင်းပြတဲ့အခါမျိုးမှာ သူ့လက်ဝါး ဘယ်လိုပုံဟန် ရှိနေတယ်ဆိုတာ ဖမ်းကြည့်ပြီး အဖြေမှန်ကို နားလည်နိုင်တာပါပဲ။

လိမ်ညာလှည့်စားရန် အကြံဖြင့် လက်ဝါးကိုသုံးခြင်း

“လက်ဝါးပြပြီး မုသားစကားပြောတာကို လူတွေ ယုံပါ့မလား”

ဒီလိုမေးလာရင် အဖြေကတော့

“ယုံတဲ့လူလည်း ရှိမယ်။ မယုံတဲ့လူလည်း ရှိမယ်။ မယုံသူတွေက လူကဲခတ်တတ်တဲ့ လူတွေပေါ့”

ပါးစပ်ရော လက်ပါ ဘယ်လောက်ပဲလိမ်လိမ် (အထက်က တင်ပြခဲ့သလို) လိမ်လို့မရတဲ့ တခြားအရိပ်လက္ခဏာတွေက မရိုးဖြောင့်မှုကို အထုပ်ဖြည့်ပြနေမှာ မှချပါပဲ။

လိမ်နေကျလူတွေ၊ လိမ်တာကို အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ပြီး လိမ်စားနေတဲ့လူတွေအဖို့တော့ ခြေစလက်စမပေါ်အောင် ပိပိရီရီလေး ဖုံးဖိထားနိုင်တာတွေ့ရတယ်။

လက်ဖဝါး မှောက်ချီလှန်ချီနှင့် အထားအသိုကျွမ်းကျင်အောင် လေ့ကျင့်ရာက ကိုယ့်ကိုယ်ကို ယုံကြည်မှုအင်အားတွေလည်း ရနိုင်ပါတယ်။

လူကောင်းတွေအနေဖြင့်တော့ လက်ဝါးထားတတ်သွားပြီဆိုပေမယ့် လိမ်ပြောဖို့ ဝန်လေးကြပါတယ်။

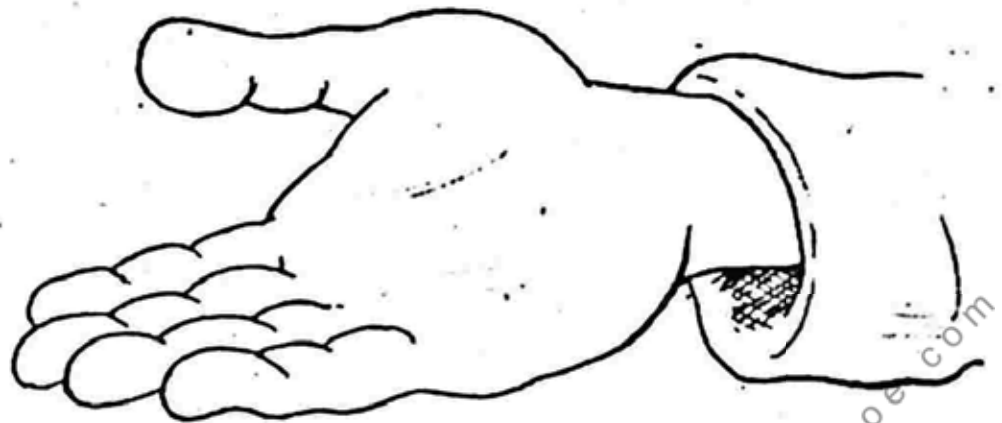
လက်ဖဝါး၏ သြဇာသက်ရောက်ပုံ

လက်ဖဝါးပြဆိုချက်ဟာ သြဇာစွမ်းအားအကြီးမားဆုံး အသံတိတ်စကားသင်္ကေတဖြစ်ပေမယ့် ဒါကို သတိပြုမိတာ နည်းပါတယ်။

မှန်မှန်ကန်ကန်သုံးတတ်ရင် လက်ဝါးရဲ့အစွမ်းတန်ခိုး၊ အသုံးပြုသူရဲ့ အာဏာပိုင်စိုးမှု၊ လူတွေအပေါ်မှာ သြဇာလွှမ်းမိုး အသံတိတ်အမိန့်ပေးမှုတွေ ရရှိစေပါတယ်။ လက်ဝါးဟာ ဟန်ပန် ၃ မျိုးကို အဓိကပြဆိုလေ့ ရှိပါတယ်။

လက်ဝါးလှန်ပြတဲ့အနေအထား၊ လက်မှောက်ပြတဲ့အနေအထား၊ လက်ညှိုးညွှန် လက်တစ်ဝက်ဆုပ်တဲ့အနေအထားများပါပဲ။

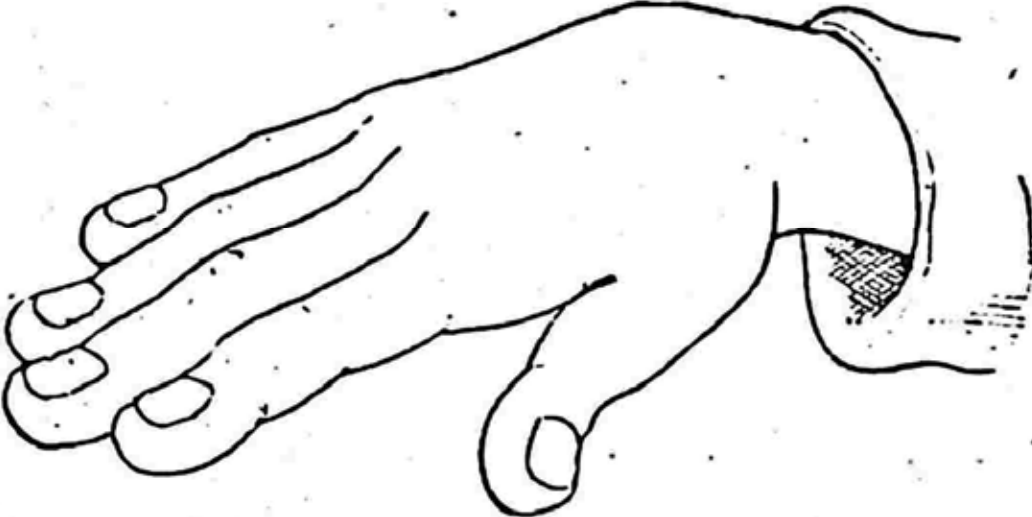
ဒီ အသွင်သဏ္ဍာန် ၃ ခုရဲ့ အဓိပ္ပာယ်များကတော့ ဒီလိုပါ။



ဆိုကြပါစို့။ ခင်ဗျားဟာ တစ်ယောက်ယောက်ကို သေတ္တာတစ်လုံး မ၊
ခိုင်းပြီး အခန်းတစ်နေရာရာကို ရွှေ့ခိုင်းပါပြီတဲ့။ သုံးတဲ့စကားလုံး၊ ပြောတဲ့လေသံ၊
မျက်နှာထားတွေ တစ်ထပ်တည်းပဲထား။ လက်ဝါးအနေအထား ပြောင်းလိုက်ရုံနှင့်
အဓိပ္ပာယ်သက်ရောက်မှုတွေ ကွာခြားသွားတာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။

လက်ဝါးကို ပက်လက်လှန်ပြီးပင့်ပြတာဟာ သဘောထားပျော့ပျောင်း
စွာနှင့် ပန်ကြားတဲ့သဘောပါ။

အခိုင်းခံရသူအနေဖြင့် ဒီပန်ကြားချက်မှာ ဖိအားမပါသလို အောက်ကျိုခံ
ခိုင်းစေတာမို့ သူ့ကိုခြိမ်းခြောက်တယ်လည်း မထင်ဘူးပေါ့။

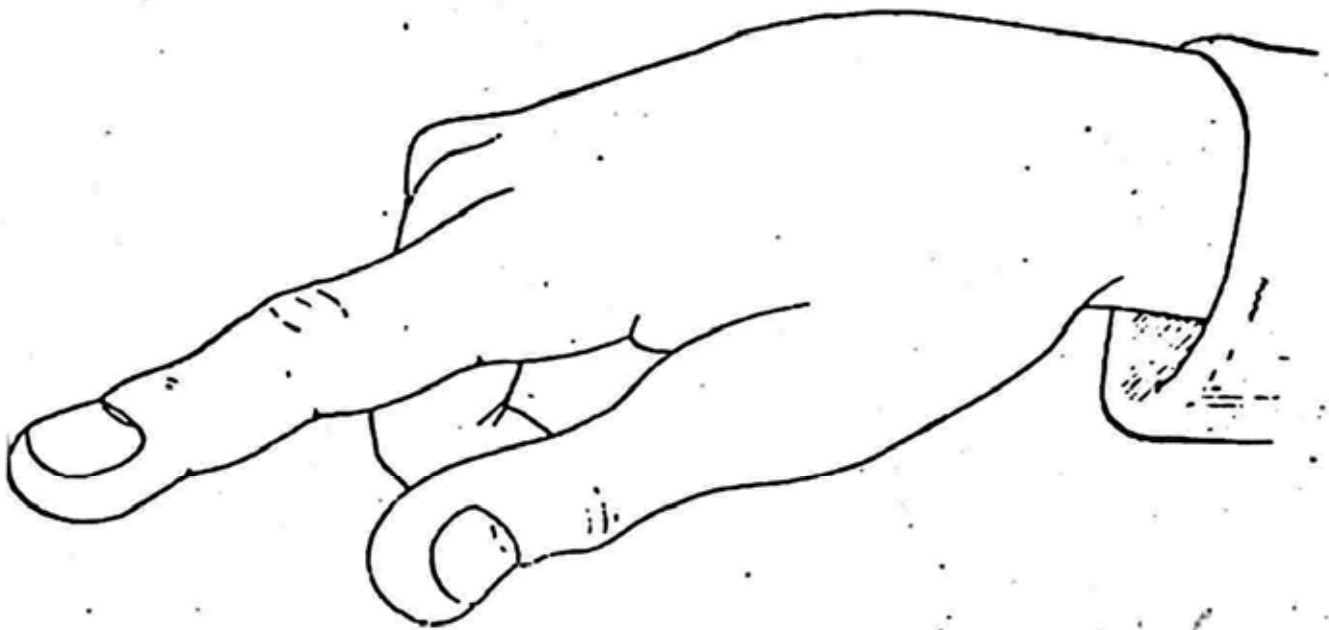


အဲ-လက်ကိုမှောက်ပြီး မ၊ခိုင်းတာမျိုးဆိုရင်တော့ အာဏာကြီးစိုးရာ
ရောက်သွားပါတော့တယ်။ ပြင်းပြတဲ့အမိန့်ဟန် ပါလာတာနှင့်အမျှ သူဟာ
မခံချင်စိတ်တွေ ဖျင်းခနဲထလာမှာပဲ။ တစ်ဆက်တည်းမှာ ခင်ဗျားနှင့် သင့်တော်
သလို သူက တုံ့ပြန်ပါလိမ့်မယ်။

တကယ်လို့ အဲဒီလူက ကိုယ်နှင့်တန်းတူရည်တူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်
ဖြစ်နေရင် “မင်းက စွတ်ပြီး ဟောက်မနေနှင့်။ အလေးကြီးကွ”ဆိုတဲ့ အပြော
မျိုးနှင့် ကလန်ကဆန်လုပ်နိုင်တယ်။ ဘာမျှမပြောတဲ့တိုင်လည်း အောက်သိုးသိုး
မကျေမနပ်မျက်နှာကို ပြမှာသေချာတယ်။ လက်ဝါးအုပ်မိုးပြတာထက် ပက်လက်
လှန်ပြတာကို ပိုလိုလားကြောင်း အသိပေးတာပါပဲ။

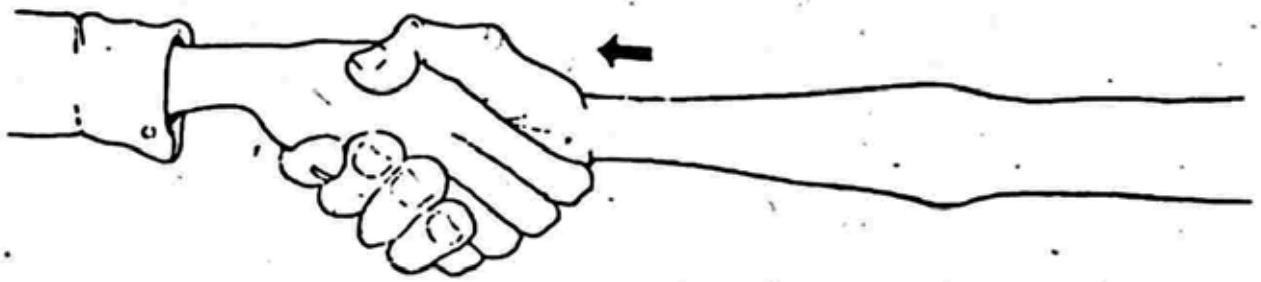
mgym.com

အဲ-ခင်ဗျားခိုင်းတဲ့လူက ကိုယ့်အောက်က တပည့်လက်သားအစေအပါး ဆိုရင်တော့ သူက အလေးအနက်လိုက်နာမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို လက်အောက် ငယ်သားတွေကိုသာ လက်ဝါးအုပ်မှောက်ပြီးခိုင်းသင့်တယ် ဆိုပါတော့။



အထက်ပုံ လက်ဝါးသဏ္ဍာန်ဟာ လက်သီးဆုပ်တော့မလို ဖွဖွလေးကွေး ထားတာက တစ်ဘက်လူကို လက်ညှိုးတင်တင်နှင့် နိုင်ထက်စီးနင်းဩဇာ ပေးပြီး နှိပ်ကွပ်ခိုင်းစေရာရောက်ပါတယ်။ လက်ညှိုးတင်တင်ထောင်တာ မျိုးဟာ စကားပြောတဲ့အချိန်မှာ ပြောတဲ့စကားလုံးတွေနှင့် နရီကိုက်,စည်းချက် ဝါးချက်လိုက်တဲ့အနေနှင့်သာ သုံးသင့်တာဖြစ်ပါတယ်။

ဒီတော့ ခင်ဗျားဟာ လက်ညှိုးတင်တင်ပြောတဲ့အကျင့် ပါနေရင် လက်လှန်, လက်မှောက်တွေရအောင် လေ့ကျင့်ပါ။ ဒါမှလည်း ပိုပြီးသိမ်မွေ့ ညင်သာတဲ့သဘောကို ပြနိုင်မှာဖြစ်ပြီး၊ လူတွေနှင့်ဆက်ဆံရေးမှာ ပိုကောင်း ပိုပြေလည်လာပါလိမ့်မယ်။



နှုတ်ဆက်သောလက်များ

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်တဲ့ခလေးဟာ ကျောက်ခေတ်က ဂူအောင်းလူသားတွေရဲ့ အမွေတစ်ခုပါပဲ။ ဂူနေလူအချင်းချင်းတွေ့ကြတိုင်းမှာ လက်ဝါးတွေ မိုးပေါ် မြောက်ပြီး သူတို့မှာ ဘာလက်နက်မျှ ကိုင်ဆောင်ထားတာ မရှိကြောင်း၊ သိုဝှက် ယူဆောင်လာခြင်းလည်း မရှိကြောင်း ပြသတတ်ကြတယ်ဆိုပါတယ်။

အဲဒီလက်ဝါးမြောက်ပြတဲ့ဟန်ပန်ဟာ ရာစုနှစ်နှင့်ချီပြီးကြာညောင်းလာ တဲ့နောက် ပုံစံပြောင်းလာရာက ရင်ဘတ်ပေါ် လက်ဝါးတင်ပြတာအပါအဝင် တခြားသော ကိုယ်အမူအရာယဉ်ကျေးမှုတွေ ဖြစ်ပွားတိုးတက်ခဲ့တော့တာပါပဲ။

ရှေးခေတ်နှုတ်ဆက်တဲ့ဟန်ကနေ ခေတ်မီပုံစံအဖြစ် လက်ဖဝါးချင်း ထပ်ချိတ် ဆုပ်ကိုင်ဆွဲယမ်းတဲ့အဆင့်ကို ပြောင်းလဲလာကြတာပါတဲ့။

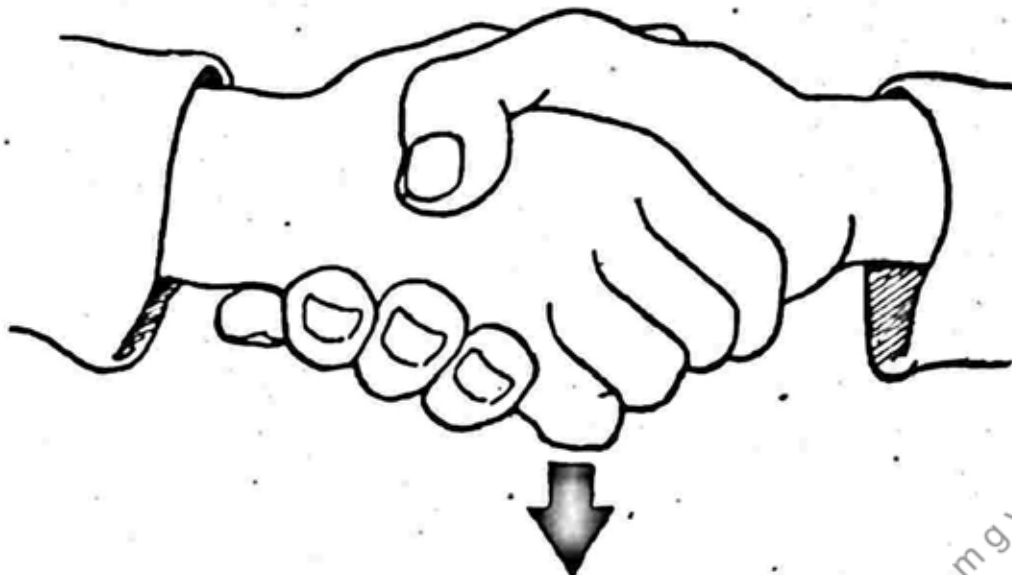
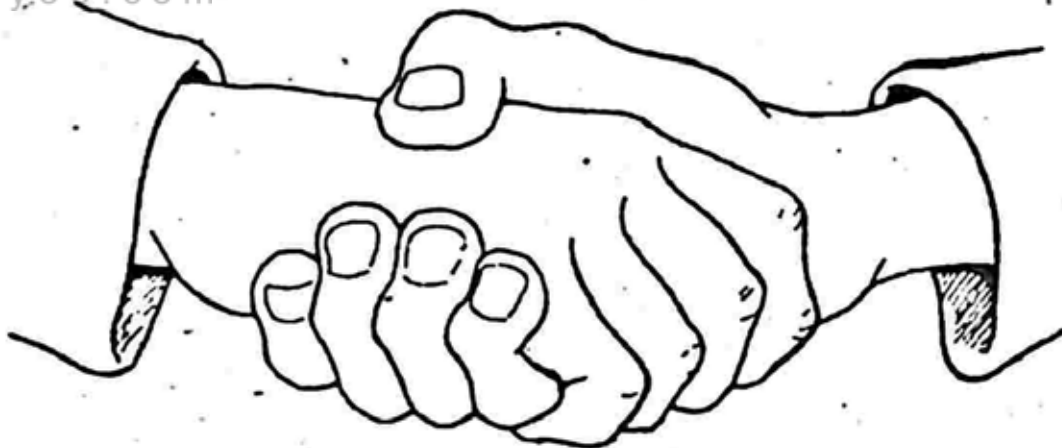
အင်္ဂလိပ်စကားပြောတဲ့ တိုင်းပြည်အများဟာ အဲသလိုလက်ဆွဲနှုတ်ဆက် တာမျိုးကို တွေ့စအချိန်နှင့် ခွဲခါနီးအချိန်တွေမှာ လုပ်ဆောင်ကြပါတယ်။

တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် လက်ဆွဲပြီး ၅ ကြိမ်က ၆ ကြိမ်တိုင်အောင် အပေါ်အောက် မြှောက်လိုက်ချလိုက်လှုပ်ဆွဲကြပါတယ်။

အထက်စီးနှင့် အလျှော့ပေး လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှုများ

မှောက်ခုံလက်နှင့် အပေါ်လှန်ထားတဲ့လက်ဝါးတွေရဲ့ ဖွင့်ဆိုချက်တွေကို သိထားပြီဆိုရင် အဲဒီအနေအထား ၂ ခုနှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှု ဆက်နွယ်နေပုံ တွေကို ကြည့်ရအောင်-

လူတစ်ယောက်နှင့် ခုမှစတွေ့ပြီး ထုံးစံအတိုင်းလက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ကြမယ် ဆိုပါတော့။ ဒီအခါမှာ သဘောထား ၃ မျိုးကို အခြေခံပြီး ပုံစံတစ်မျိုးမျိုးကို သုံးမိမှာပါပဲ။



တစ်မျိုးကတော့ တစ်ဘက်က အထက်စီး ယူလာတာပါ။ လက်ကိုကိုင် လိုက်တာနှင့် တန်းသိနိုင်သလို-

‘ဒီလူဟာ ငါ့ကို အလက်စီးယူပြီး သြဇာလွမ်းမိုးဖို့ကြံနေတာပဲ။ ငါ သတိထားမှ ဖြစ်မယ်’လို့ ဆင်ခြင်နိုင်ပါတယ်။

လိုက်လျောဆက်ဆံရာမှာလည်း တဒဂ်အလျှော့ပေးတဲ့သဘောနှင့်-

‘ငါ သူ့ကို ပြန်စီးနိုင်မှာပါ။ ငါ့အလိုကျ သူ လိုက်လုပ်ရမှာပဲ’လို့ တွေး တတ်ကြပါတယ်။

တန်းတူရည်တူအနေနှင့်တော့-

‘ဒီလူ့ကို ငါ သဘောကျပါတယ်။ တို့ ၂ ယောက် အတူလက်တွဲလို့ ရတယ်’ဆိုတဲ့အသိ ဝင်လာနေကျပါ။

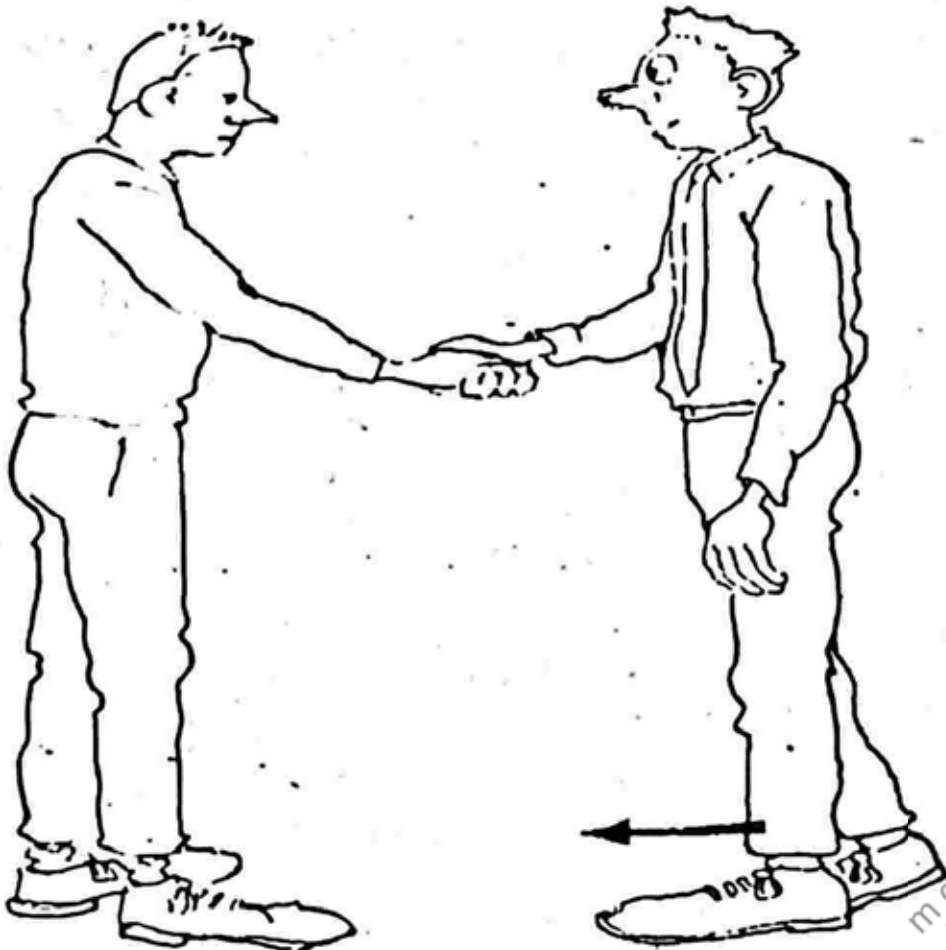
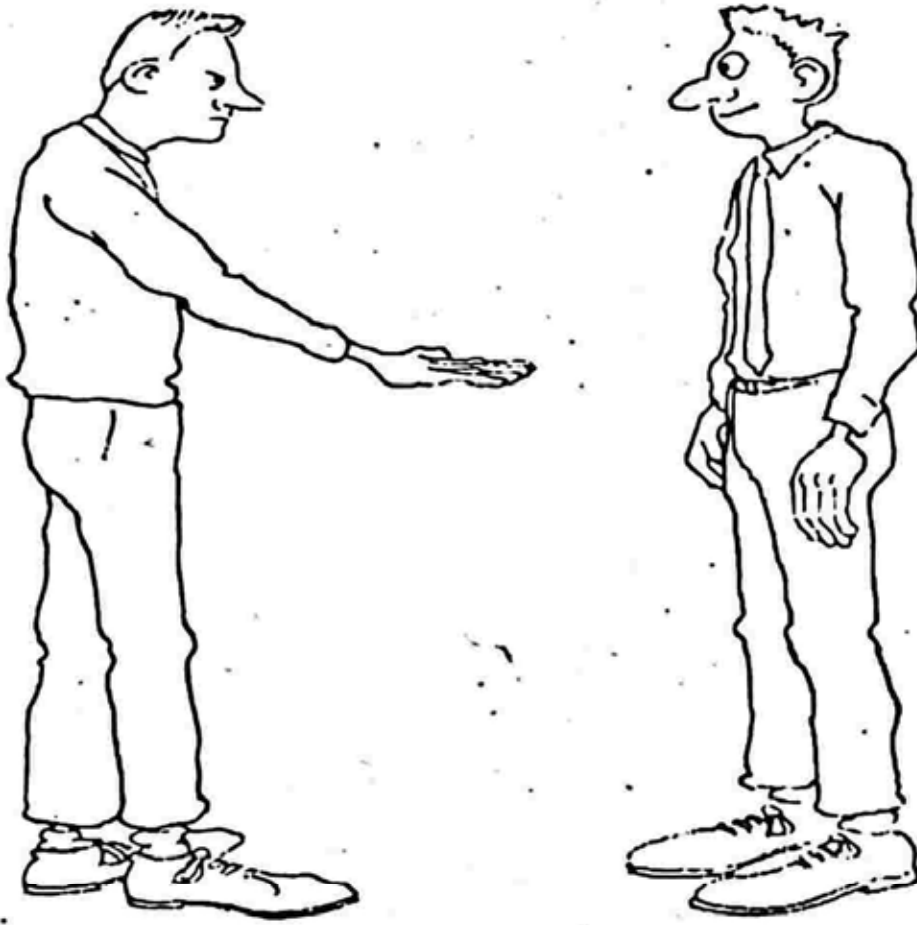
ဒီစိတ်ထားတွေဟာ မသိလိုက်မသိဖာသာ ပေါ်ပေါက်လာတတ်တာဖြစ် သလို၊ အထပ်ထပ်လေ့ကျင့်ပြီး သိသိကြီးနှင့်လုပ်လာတတ်တာလည်း ဖြစ်ပါ တယ်။

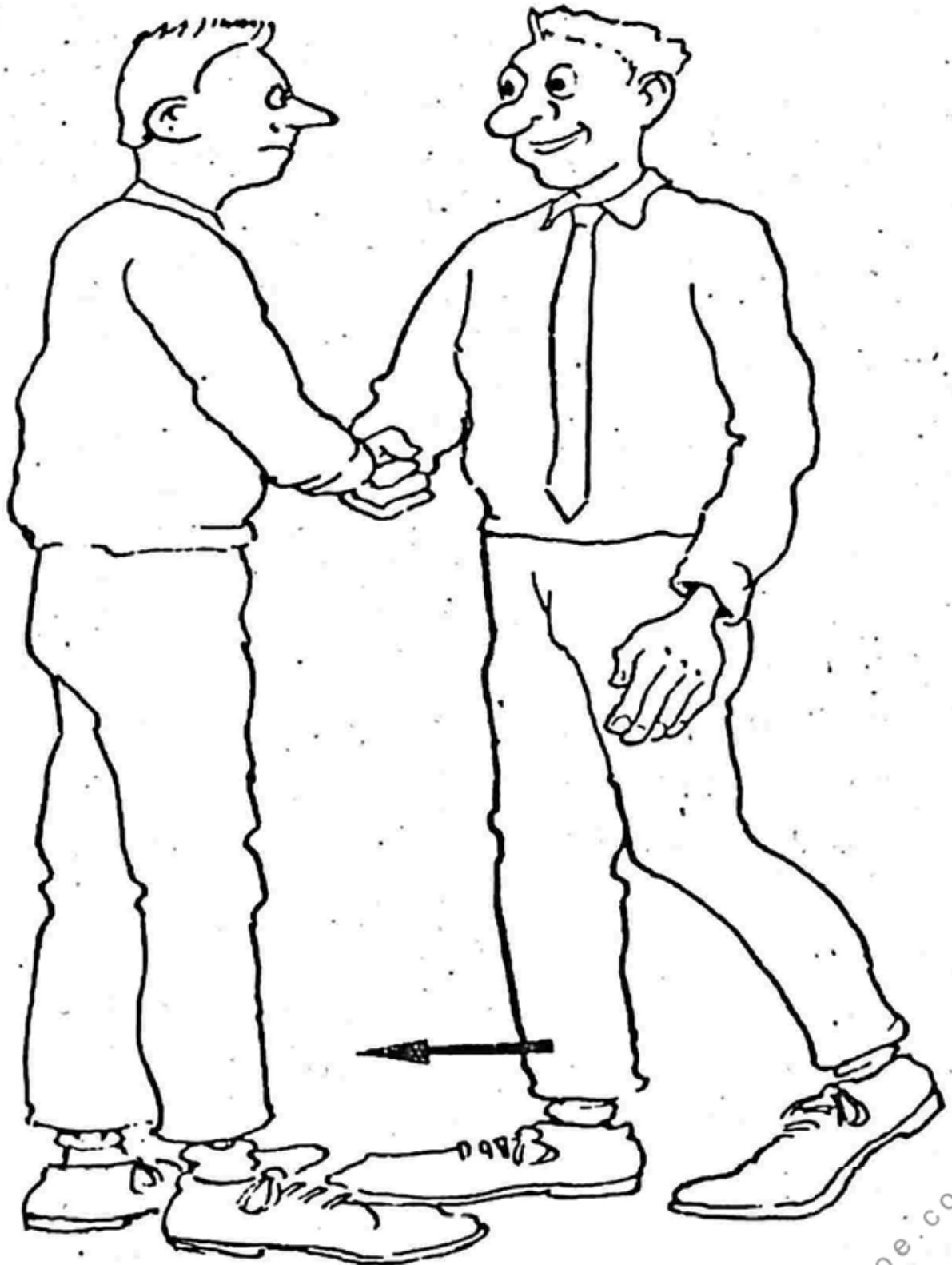
အောက်ပါ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ပုံနှုတ်ဆက်နည်းတွေဟာ လူတစ်ယောက် နှင့်တစ်ယောက် မျက်နှာချင်းဆိုင် တွေ့ဆုံဆက်ဆံရာမှာ လတ်တလောအကျိုး သက်ရောက်မှု ရှိစေနိုင်တယ်ဆိုတာကို နားလည်ထားစေချင်ပါတယ်။

အထက်စီးယူတဲ့ပုံစံအရ လက်ကို ရှေ့ထုတ်လိုက်ရာက မှောက်ခုံလက်နှင့် တစ်ဘက်လက်ဝါးပေါ် အုပ်ကိုင်လိုက်တာပါပဲ။

ခင်ဗျားရဲ့လက်ဝါးဟာ ကြမ်းနှင့် တပြေးညီတည့်တည့်ကြီးမှောက်ထား စရာ မလိုပေမယ့်၊ တစ်ဘက်လူရဲ့လက်ပေါ်ကိုတော့ ပိုင်ပိုင်နင်းနင်းဖမ်းအုပ်ထား ရပါလိမ့်မယ်။ အဓိပ္ပာယ်က အဲဒီလူနှင့်တွေ့တိုင်းမှာ ခင်ဗျားက ဦးစီးဦးဆောင် လုပ်မယ်လို့ ပြောလိုက်တာပါပဲ။

အောင်မြင်နေတဲ့ အထက်တန်းအုပ်ချုပ်ရေးမန်နေဂျာ ၅၄ ဦးကို စုံစမ်း လေ့လာကြည့်တယ်။ ၅၂ ယောက်ဟာ သူတို့က အရင်ဦးအောင်လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ရုံမက၊ အထက်စီးယူပြီး တစ်ဘက်လူလက်အပေါ် အုပ်မိုးထားရာက အောက်ကို နှိမ်ဖိချခဲ့ကြပါသတဲ့။





ခွေးတွေဟာ သူတို့ရဲ့သဘောထားပျော့ပျောင်းမှုနှင့် အလျော့ပေးမှုတွေကို မြေကြီးပေါ် ကျောလူးပြသလို၊ သခင်ရဲ့ခြေကြားထဲ တိုးဝှေ့ပွတ်သပ်ပြီး လည်စင်းပေးတတ်တဲ့အတိုင်း လူတွေကလည်း လက်ကို ပက်လက်လှန်ခြင်းနှင့် တစ်ဘက်သားကို အလျော့ပေးကြောင်း ပြတာပဲပေါ့။

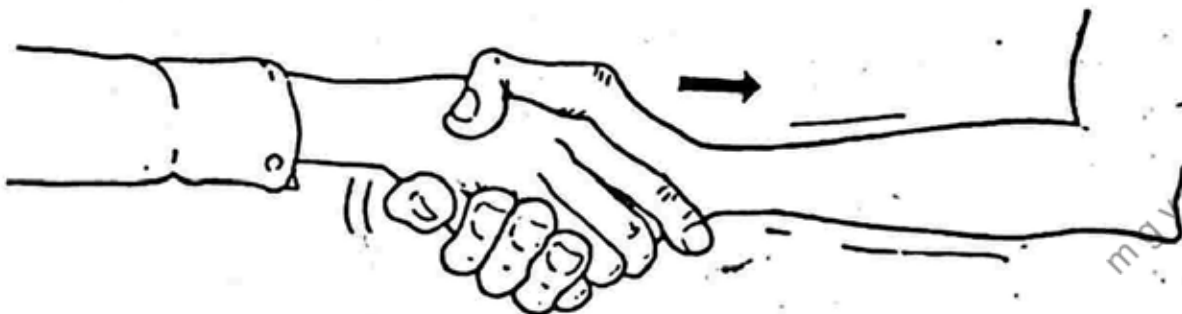
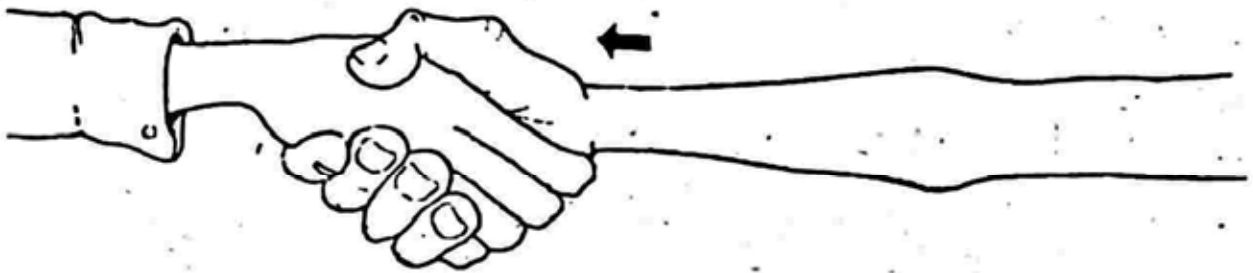
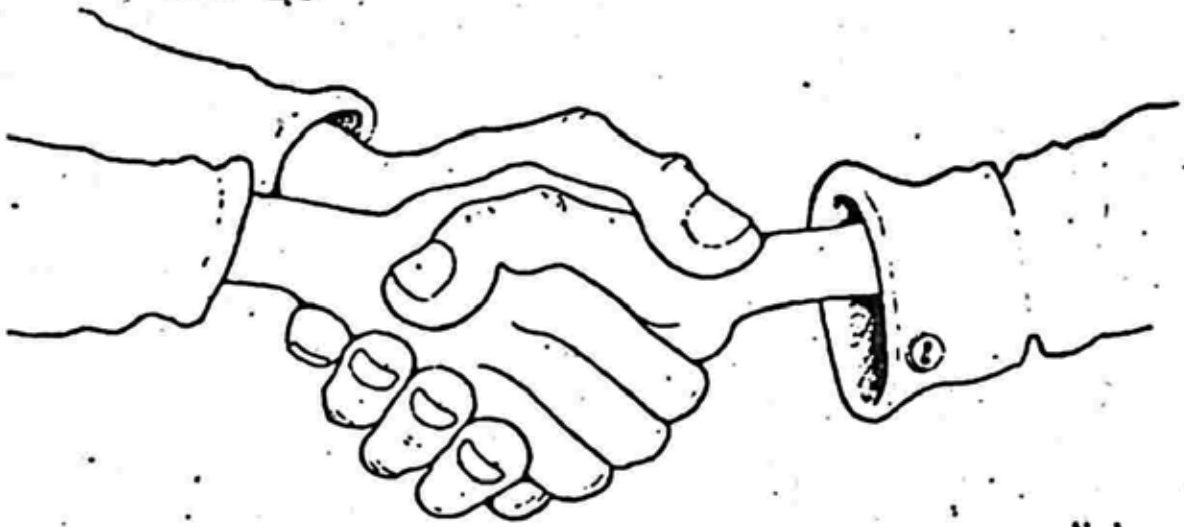
အထက်စီးယူကြီးစိုးပုံစံရဲ့ ပြောင်းပြန်အနေနှင့် လက်လှန်ပေးပြီး လိုက်လျော့ကြောင်းပြတဲ့အဓိပ္ပာယ်ကို ဆောင်ပါတယ်။ ဒါဟာ တစ်ဘက်လူရဲ့ လွမ်းမိုးမှုနှင့် ဩဇာကို ခံပါ့မယ်လို့ အသိပေးလိုက်ရာ ရောက်ပါတယ်။

အဲသလို အောက်ကျိုခံ လက်ပက်လက်ထားပြီး နှုတ်ဆက်ပေမယ့် စဉ်းစားစရာ ခြွင်းချက်တွေလည်း ရှိပါတယ်။ ပြောခဲ့သလို လက်မှာ အနာရှိတဲ့လူတွေ၊ အကြော မသန်သူတွေဟာလည်း ခပ်ဖွဖွလေးကိုင်တတ်တာမို့၊ အလွယ်တကူနှင့် အောက်ကို ရောက်သွားတတ်တာပါပဲ။ ဒါကို အညံ့ခံအလျော့ပေးတယ်လို့ မပြောနိုင်ပါဘူး။ ပြီးတော့ သူတို့ရဲ့လက်ကို တန်ဖိုးထား အသုံးချနေရတဲ့ ခွဲစိတ်ဆရာဝန်တွေ၊ အနုပညာရှင်တွေ၊ ဂီတသမားတွေဆိုလည်း လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရာမှာ သိမ်မွေ့ညင်သာတယ်။ သူတို့လက်တွေ မထိမိုက်ရအောင် ရှောင်ကြဉ်တဲ့အနေနှင့် အလျော့ပေးတတ်ကြပါတယ်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်တဲ့ဟန်ပန်တွေကို သုံးသပ်ပြီး လူတွေကို တန်ဖိုးဖြတ်လို့ ရပါတယ်။

နေရာတကာ အထက်စီးကနေတဲ့လူဟာ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ရာမှာလည်း အထက်စီးပုံစံကို အရယူမှာဖြစ်ပြီး၊ အောက်ကျခံလိုက်လျော့နေကျလူဆိုရင်လည်း အလျော့ပေးလက်နှင့် နှုတ်ဆက်မှာပါပဲ။

တကယ်လို့ အထက်စီးသမားချင်းဆုံပြီဆိုရင်တော့ မိုလ်မိုလ်ချင်းတွေ သလို တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် အပေါ်စီးရဖို့ အားပြိုင်ယုကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကျန်တစ်ယောက်လက်ကို အောက်ရောက်သွားအောင် လှန်ချဖို့ ကြိုးစားရမှာပါပဲ။ ဒီလိုနှင့် ထွက်လာတဲ့အဖြေကတော့ တစ်ယောက်လက်တစ်ယောက် ညှစ်ရင်း နှုတ်ဆက်လက်တွေ ထောင်လျက်သားဖြစ်သွားရာက 'ဒီလူ မခေဘူးပဲ' လို့ အပြန်အလှန် လေးစားစိတ်တွေ ပေါ်လာကြတော့တာပဲ။



ဒီလို လက်ဝါးထောင်ပြီး ဖျစ်ညှစ်နှုတ်ဆက်တာကိုမှ 'တန်းတူရည်တူ နှုတ်ဆက်တယ်' လို့ခေါ်နိုင်သလို၊ 'လူမဆန်တဲ့ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှု' ဖြစ်ပါတော့ တယ်။

တစ်ဘက်လူက စီးစီးပိုးပိုးနှင့် လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်လာတဲ့အခါ သူ့လက်ကို အောက်လှန်ချဖို့ ခဲယဉ်းတဲ့အပြင်၊ ဒီလိုလုပ်ချက်က သိသာလွန်းလှပါတယ်။

ဒီအခါမှာ ကိုယ်က အညံ့မခံ အလျှော့မပေးတဲ့အနေနှင့်လုပ်ဖို့က လွယ် လွယ်လေးပါ။ သူ့ကို တစ်ပြန်စီးရာရောက်အောင် သူ့ရဲ့ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ပိုင်နက်ထဲကို ဖောက်ဝင်လိုက်တာပါပဲ။

ဒီနည်းကိုသုံးရာမှာ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ပြီဆိုတာနှင့် ဘယ်ခြေကို မသိမသာ လှမ်းတက်ထားရပါလိမ့်မယ်။ နောက်တစ်ဆင့်ကျတော့ ကိုယ်ကို သူ့ဘယ်ဘက် ကို ရွှေ့ဝင်ရင်းနှင့် တစ်ပြိုင်တည်း ညာခြေကိုရှေ့တက်လိုက်ကာ သူ့ပိုင်နက်ထဲ ကျူးကျော်ပြီးသား ဖြစ်သွားပါလိမ့်မယ်။ ပြီးတော့ ဘယ်ခြေကို ညာခြေနှင့်တစ်ထပ် တည်းထပ်ရွှေ့ပြီး အဲဒီလူနှင့် ဆက်နှုတ်ဆက်လိုက်ရုံပါပဲ။

ညာဘက်လူက အပေါ်စီး လက်ကမ်းပေးခဲ့ပါပြီ။

ပုံတွင် ဘယ်ဘက်လူကလက်ဆွဲရင်း ဘယ်ခြေကိုတက်လိုက်ပါတယ်။

ဒီနည်းပရိယာယ်အရ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှုဟာ ခပ်တင်းတင်းလေးဖြစ်ပြီး အညီအမျှ ဖြောင့်တန်းထောင်မတ်သွားမယ်။ ဒါမှမဟုတ် တစ်ဘက်လူရဲ့လက် ကို အောက်ရောက်သွားစေပြီး အညံ့ခံလက်မျိုး ဖြစ်သွားစေလိမ့်မယ်။

နောက်တစ်ဆင့်အနေနှင့် အဲဒီလူရဲ့အတွင်းစည်းပိုင်နက်ထဲကို ကျူးကျော် ဝင်မိရာက သူ့ကို အပေါ်စီးပြန်ယူလိုက်နိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

ညာခြေတက်ပြီး တစ်ဘက်လူရဲ့အတွင်းပိုင်နက်ထဲ ကျူးကျော်ဝင်လိုက် ရာက လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှုကို တန်းတူရည်တူပုံစံသို့ ပြောင်းသွားစေတာပါ။

တချို့က ညာသန်တွေဖြစ်နေရရင် ဘယ်ခြေလှမ်းပြင်ပြီး စ,တက်ဖို့ အခက်တွေ့နိုင်ပါတယ်။ ဘာမဆို လေ့ကျင့်ယူရင်ရတာမို့ ပိုမိုလွယ်ကူပြီးနည်း စနစ်ကျဖြစ်အောင် အထက်ကပုံစံတွေအတိုင်း ဘယ်နှင့် စ,တက်နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။

ဘယ်သူက စ,နှုတ်ဆက်ရမလဲ

တစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက် ပထမဆုံးတွေ့ခါစမှာ လက်ဆွဲနှုတ်ဆက် တာဟာ အများလက်ခံကျင့်သုံးတဲ့ ဓလေ့ထုံးစံဖြစ်နေတာတော့ ဟုတ်ပါပြီ။ ဒါပေမယ့် ဘယ်သူက စ,လက်ကမ်းမလဲ။ ကိုယ်က စ,လိုက်ရင်ကော ညံ့ရာ ကျသွားမလား။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်မှုဟာ ကြိုဆိုမှုရဲ့ သင်္ကေတတစ်ခုရယ်လို့ ထည့်တွက် လိုက်ရင် စ,နှုတ်ဆက်ခင်မှာ ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပြန်မေးရမယ့်မေးခွန်းတွေ တန်းစီ နေပါတယ်။

‘ငါဟာ လက်ခံကြိုဆိုခံရရဲ့လား’

‘တစ်ဘက်လူအနေနှင့် ငါ့ကို လိုလိုလားလား တွေ့ချင်နေရဲ့လား’

အရောင်းကိုယ်စားလှယ်တွေကိုတော့ ဒီအချက်ကို သင်တန်းတွေ ဆေးဆေး ချာချာပေးထားပါတယ်။ ဝယ်သူတစ်ယောက်ဆီကို မဖိတ်ဘဲ၊ ကြိုတင်အသိမပေး ဘဲနှင့် ရောက်သွားတဲ့အခါမျိုးမှာ ကိုယ့်ဘက်ကစပြီး လက်ကမ်းနှုတ်ဆက်မှု မလုပ်သင့်ပါဘူးတဲ့။ ဝယ်သူဘက်က စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ပြီး တွန့်သွား နိုင်ပါတယ်။ ဇွတ်အဓမ္မဆန်ရာလည်း ရောက်သွားပါတယ်။ လက်မခံတဲ့အပြင် ပ,မထုတ်ရင် ကံကောင်းတဲ့။

နောက်ပြီး လက်မသန်သူတွေနှင့် လက်ကို တန်ဖိုးထားအသုံးပြုနေရသူတွေ အဖို့လည်း တစ်ဘက်လူက အတင်းလက်ဆွဲနှုတ်ဆက်လာတာမျိုးကို လက်မခံ တတ်ကြပါဘူး။

ဒါကြောင့်လည်း အရောင်းသင်တန်းသားတွေကို တစ်ဘက်က စ,ပြီး နှုတ်ဆက်လက်ကမ်းလာတာစောင့်ရင် ပိုကောင်းကြောင်းပြီး ဘယ်လိုမျှ လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ပုံပေါ်မလာရင် နှုတ်ဆက်တဲ့အထိမ်းအမှတ် ဦးညွတ်ရုံ, ခေါင်းညိတ်ရုံ လေးပဲ လုပ်ပြပါလို့ မှာထားကြလေရဲ့။