

အမှတ်	အမည်	ပေါ်
အခန်း (၁) ငြိမ်းချမ်းရေးကို နားလည်ခြင်း		
၁။	အမှန်း သို့မဟုတ် ငြိမ်းချမ်းရေးကိုအားပေးခြင်း Feeding Hate or Peace	၁၂
၂။	ငြိမ်းချမ်းသည့်ကာလ တွေးတောပုံနှင့် ပဋိပက္ခကာလအတွင်း တွေးတောပုံ Peace Time Thinking and War Time Thinking	၁၄
၃။	စစ်ပွဲကင်းမဲ့ယုံသာဖြစ်သော ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် မျှတပြည့်ဝသည့် ငြိမ်းချမ်းရေး Negative Peace and Postive Peace	၁၈
၄။	ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ခြင်း Peace Building	၂၀
အခန်း (၂) အကြမ်းဖက်မှုကိုနားလည်ခြင်း		
၁။	စစ်၏ဆွဲဆောင်မှု Appeal to War	၂၄
၂။	တိုက်ရိုက်အကြမ်းဖက်မှုနှင့် ဖွဲ့စည်းပုံစနစ်အားဖြင့် အကြမ်းဖက်မှု Direct Violence and Structural Violence	၂၆
၃။	ရွှံ့ပိုင်းဆိုင်ရာအကြမ်းဖက်မှုနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်မှု Physical Violence and Psychological Violenc	၂၈
၄။	အကြမ်းဖက်မှု၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကျိုးဆက် Psychological Effect of Violence	၃၀
၅။	အကြမ်းဖက်ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဖက် ရလဒ်များ Violence is Counterproductive	၃၂

အခန်း (၃) ပဋိပက္ခသို့ ဦးတည်စေသော ယုံကြည်မှုနှင့် လေ့စရိုက်များ	ပေါ်
၁။ မိမိအုပ်စု၏ ရည်မှန်းချက်များသည် မှန်ကန်မှုတည်ဟု အကြွင်းမဲ့ယုံကြည်ယူဆခြင်း Justification of Group's Goal	၃၆
၂။ ဆန့်ကျင်ဘက်များကို လူမဟုတ်ဟု သတ်မှတ်ခြင်း Dehumanization of the opponents	၃၈
၃။ မိမိတို့ကသာ သားကောင်ဖြစ်နေရသူများဟု ယုံကြည်ခြင်း Belief about Victimization	၄၂
၄။ မိမိအုပ်စုကို အကောင်းမြင် အမွှန်းတင်ထားသည့်ပုံရိပ် Positive Collective Self Image	၄၄
၅။ လုံခြုံရေးနှင့် ပတ်သက်သော သက်ဝင်ယုံကြည်မှုများ Belief about Security	၄၆
၆။ ဖျိုးချစ်ဝါဒနှင့် ပတ်သက်သော သက်ဝင်ယုံကြည်မှုများ Belief about Patriotism	၄၈
၇။ ညီညွတ်မှုနှင့် ပတ်သက်သော သက်ဝင်ယုံကြည်မှုများ Belief about Unity	၅၀
၈။ အဆုံးတွင် ငြိမ်းချမ်းမည်ဟု ထင်မြင်ယုံကြည်မှုများ Belief about Peace	၅၂
အခန်း (၄) ပဋိပက္ခကိုအားပေးသော ဇာတ်ကြောင်းများ	
၁။ ကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ စကားလုံးများဖြင့် ချဲ့ထွင်ထားသော ဇာတ်ကြောင်း Moral Amplification	၅၆
၂။ စံနှုန်း နှစ်မျိုးထားခြင်း Double Standard	၅၈

၃။ အခြားဘက်သားများနှင့် ပတ်သက်သည့် ဇာတ်ကြောင်းများ Narratives on 'Others'	၆၀
၄။ မိမိအုပ်စု၏ လုပ်ရပ်များကို ကိုယ်ကျင့်သီလဆိုင်ရာ စံနှုန်းများအတွင်း အကွဲမဝင်စေခြင်း Moral Disengagement	၆၂
၅။ တုံ့ပြန်ရသည့် အခြေအနေတွင် တန်ဖိုးချစဉ်းစားခြင်း Reactive Devaluation	၆၄
အခန်း (၅) အကြမ်းဖက်မှုသို့ တွန်းပို့သည့်အခြေအနေများ	
၁။ ဝါဒဖြန့်ချိမှုနည်းစနစ်များ Techniques of Propaganda	၆၈
၂။ ပုဆိုးဖြူဝါဒဖြန့်ချိမှု Black Propaganda	၇၀
၃။ ပကတိအခြေအနေနှင့် စပ်လျဉ်းသော ပြည်သူတို့၏ နားလည်မှုကို စဉ်းလဲဉာဏ်နှင့် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ခြင်း Crafting People's Definition of Reality and Truth	၇၁
၄။ ခုခံကာကွယ်ရမည်ဟုသည့် သဘောထားဆန္ဒများ ဖန်တီးထုတ်လုပ်ခြင်း Manufactured Desire for Defense	၇၂
၅။ ဝေဖန်ဆန်းစစ်မေးခွန်းထုတ်မှုကို ရှောင်ဖယ်ခြင်း Bypassing Critical Thinking	၇၄
၆။ စိတ်ခံစားမှုကင်းမဲ့အောင်လုပ်ခြင်း Desensitization	၇၆
၇။ မိမိတို့၏ဖြစ်တည်မှုကို အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုပုံများ Defining Ourselves	၇၈
၈။ အာဏာယန္တရားကို တည်တံ့စေသည့် ယုံတမ်းများ Hierarchy Legitimizing Myths	၈၀

၉။ ကောလဟာလများနှင့် အကြမ်းဖက်မှု Rumors and Violence	၈၂
၁၀။ နိမ့်ကျအောင်ပြုလုပ်၍ အဆင့်မရှိသည့် သတ္တဝါများဟု သတ်မှတ်ခြင်း Transforming victims into Creatures	၈၄
၁၁။ သိမ်းကွဲအဖြစ်တင်ခြင်း Collective Blame	၈၆
၁၂။ ဘာသာတရားနှင့် ငြိမ်းချမ်းရေး Religion and Peace	၈၈
၁၃။ အကြမ်းဖက်မှုသို့ ဖြည်းဖြည်းချင်း ရွေ့လျားရောက်ရှိသွားတတ်သည့် သဘော Gradualism	၉၀
အခန်း (၆) ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်နိုင်တာတွေ	
အခန်း (၇) ငြိမ်းချမ်းခြင်းဆီ အဆိုစကားများ	
ရည်ညွှန်းကိုးကား စာအုပ်များ	

အမှာစာ

၂၀၁၃ ကစလို့ ငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ စာအုပ်စာတမ်းတွေ ဖတ်မှတ်လေ့လာဖြစ်ပါတယ်။ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်တော့ တတ်နိုင်တာ လုပ်ကြမလို့ခံယူပြီး ဖတ်ရှုသိမြင်ခွင့်ရသမျှလေးတွေကို ပြန်ရေးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ "ငြိမ်းချမ်းခြင်းဆီ ခြေလှမ်းများ"၊ "ငြိမ်းချမ်းခြင်းဆီ အဆိုစကားများ"၊ "မြန်မာ့လူ့ဘောင်ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အရေးကြီးတဲ့ စကားလုံးများ"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အနုပညာအတွေးအမြင်လှုပ်ရှားမှု"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ဒီမိုကရေစီ"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ပြည်သူ့လူ့အဖွဲ့အစည်းများ" စာအုပ်လေး တွေ ရေးဖြစ်ပါတယ်။

ရေးခဲ့တာတွေကို ပြန်စု ပြန်တည်းဖြတ်ပြီး "တွေးဆဆင်ခြင်မှုဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" နဲ့ "ပညာအလင်းရောင်ဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" ဆိုတဲ့ နာမည်နဲ့လည်း စီစဉ်ခဲ့တာရှိပါတယ်။ ရေးဖြစ်ခဲ့တဲ့ စာအုပ်တွေကို ငြိမ်းချမ်းရေးလှုပ်ရှားမှု တွေမှာ အသုံးပြုရုံလောက်ပဲ ဖြန့်ဝေခဲ့တာများပါတယ်။

၂၀၂၀မှာတော့ "လူတိုင်းအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးစိတ်ပညာ" နဲ့ "လူတိုင်းအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးအသိအမြင်" ဆိုတဲ့ အမည်နဲ့ ပြန်စီစဉ် ဖြစ်ပါတယ်။ ပြင်ပကို မဖြန့်ဝေဖြစ်တဲ့ "တွေးဆဆင်ခြင်မှုဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" နဲ့ "ပညာအလင်းရောင်ဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို အခြေခံစီစဉ်တာပါ။ "လူတိုင်းအတွက်" ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို ဂရုပြုရွေးချယ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝတွေကို ငြိမ်းချမ်းခြင်း၊ မငြိမ်းချမ်းခြင်း တွေက လွှမ်းမိုးနေတာကိုး။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ရဲ့ ဖြတ်သန်းမှုမှာတော့ ငြိမ်းချမ်းရေး ဝိညာဉ် ကို ကဗျာတွေကနေ ရပါတယ်။ ဆရာမောင်အောင်ပွင့် အပါအဝင် ငြိမ်းချမ်း ရေးကို ဖွဲ့သီခဲ့ ကြသူအားလုံးကို လေးစားစွာ အမှတ်ရပါတယ်။ ရေးဖြစ်ခဲ့ သမျှ စာအုပ်တိုင်းအတွက် ဆရာတာ၊ ဆရာကျော်သူ၊ ဆရာမကျွန်းနဲ့ ဆရာ မြင့်မောင်ကျော်ကို ကျေးဇူးတင်ရပါတယ်။

ဒေါက်တာမြင့်ဇော်

အမှာစာ

၂၀၁၃ ကစလို့ ငြိမ်းချမ်းရေးနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ စာအုပ်စာတမ်းတွေ ဖတ်မှတ်လေ့လာဖြစ်ပါတယ်။ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက်တော့ တတ်နိုင်တာ လုပ်ကြမလို့ခံယူပြီး ဖတ်ရှုသိမြင်ခွင့်ရသမျှလေးတွေကို ပြန်ရေးဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလိုနဲ့ "ငြိမ်းချမ်းခြင်းဆီ ခြေလှမ်းများ"၊ "ငြိမ်းချမ်းခြင်းဆီ အဆိုစကားများ"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အနုပညာအတွေးအမြင်လှုပ်ရှားမှု"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် ဒီမိုကရေစီ"၊ "ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ပြည်သူ့လူ့အဖွဲ့အစည်းများ" စာအုပ်လေး တွေ ရေးဖြစ်ပါတယ်။

ရေးခဲ့တာတွေကို ပြန်စု ပြန်တည်းဖြတ်ပြီး "တွေးဆဆင်ခြင်မှုဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" နဲ့ "ပညာအလင်းရောင်ဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" ဆိုတဲ့ နာမည်နဲ့လည်း စီစဉ်ခဲ့တာရှိပါတယ်။ ရေးဖြစ်ခဲ့တဲ့ စာအုပ်တွေကို ငြိမ်းချမ်းရေးလှုပ်ရှားမှု တွေမှာ အသုံးပြုရုံလောက်ပဲ ဖြန့်ဝေခဲ့တာများပါတယ်။

၂၀၂၀မှာတော့ "လူတိုင်းအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးစိတ်ပညာ" နဲ့ "လူတိုင်းအတွက် ငြိမ်းချမ်းရေးအသိအမြင်" ဆိုတဲ့ အမည်နဲ့ ပြန်စီစဉ် ဖြစ်ပါတယ်။ ပြင်ပကို မဖြန့်ဝေဖြစ်တဲ့ "တွေးဆဆင်ခြင်မှုဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" နဲ့ "ပညာအလင်းရောင်ဖြင့် ငြိမ်းချမ်းသည့် လူ့ဘောင်တည်ဆောက်ပါရစေ" ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကို အခြေခံစီစဉ်တာပါ။ "လူတိုင်းအတွက်" ဆိုတဲ့ စကားလုံးလေးကို ဂရုပြုရွေးချယ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့ အားလုံးရဲ့ နေ့စဉ်ဘဝတွေကို ငြိမ်းချမ်းခြင်း၊ မငြိမ်းချမ်းခြင်း တွေက လွှမ်းမိုးနေတာကိုး။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ရဲ့ ဖြတ်သန်းမှုမှာတော့ ငြိမ်းချမ်းရေး ဝိညာဉ် ကို ကဗျာတွေကနေ ရပါတယ်။ ဆရာမောင်အောင်ပွင့် အပါအဝင် ငြိမ်းချမ်း ရေးကို ဖွဲ့သီခဲ့ ကြသူအားလုံးကို လေးစားစွာ အမှတ်ရပါတယ်။ ရေးဖြစ်ခဲ့ သမျှ စာအုပ်တိုင်းအတွက် ဆရာတာ၊ ဆရာကျော်သူ၊ ဆရာမကျွန်းနဲ့ ဆရာ မြင့်မောင်ကျော်ကို ကျေးဇူးတင်ရပါတယ်။

ဒေါက်တာမြင့်ဇော်