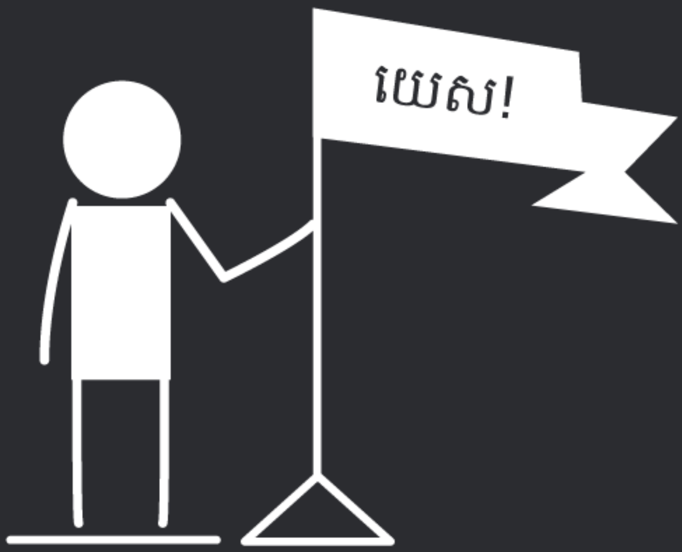
Samanh EBooks

ហួត សេងគៀ

កុំអីល្អជាង

គោលការណ៍ជោគជ័យ
សរសេរដោយអ្នកដែលមិនធ្លាប់ជោគជ័យ



ទំព័រដើម

សៀវភៅនេះកើតឡើងដោយគ្មានគ្រោងទុក ហើយគោលគំនិតក៏មិនមែនជារបស់ខ្ញុំដែរ។ ខ្ញុំឃើញគេសរសេរចោលនៅលើហ្វេសប៊ុក ដូច្នេះខ្ញុំក៏យកមករៀបជាសៀវភៅតែម្តង។ អ្នកនិពន្ធ មិនគួរចោលគំនិតល្អទេ សូម្បីតែគំនិតមិនល្អ ក៏មិនគួរចោល។

ខ្លឹមសារក្នុងសៀវភៅនេះ ជាគោលការណ៍ជោគជ័យ ឬគោលការណ៍ដែលខ្ញុំគិតថា អាចជោគជ័យ។ ខ្ញុំបានបញ្ជាក់ក្នុងចំណងជើងរង្វួចហើយ ថាសៀវភៅនេះសរសេរដោយអ្នកដែលមិនធ្លាប់ជោគជ័យ។ ខ្ញុំធ្លាប់ធ្វើរឿងកំប៉ិកកំប៉ុកបានសម្រេច តែមិនធ្លាប់ធ្វើរឿងធំដុំទេ។

ខ្ញុំនឹងលើកឧទាហរណ៍ចេញពីតួអង្គបីគឺ Reverse Flash របស់ CW, Batman ក្នុង Dark Knight Triology របស់ Christopher Nolan និង Iron man របស់ MCU។ ខ្ញុំរើសយកតួអង្គទាំងនេះមក ដោយសារខ្ញុំចូលចិត្តរឿងប្រភេទនេះ ហើយវាធ្វើឲ្យការសរសេររបស់ខ្ញុំងាយស្រួល។ អ្នកដែលមិនធ្លាប់មើលរឿងទាំងនេះ អាចទៅរកមើលបាន បើសិនជាចង់យល់កាន់តែច្បាស់។

ខ្ញុំមិនសង្ឃឹមថា សៀវភៅនេះអាចជួយអ្វីអ្នកអានបានច្រើនទេ ហើយខ្ញុំក៏មិនចង់ឲ្យអ្នកអានជឿអ្វីដែលខ្ញុំសរសេរជ្រុលពេកដែរ។ វាជារឿងធម្មតារបស់ខ្ញុំទៅហើយ ដែលប្រាប់អ្នកដទៃកុំឲ្យជឿអ្វីដោយងាយ ព្រោះខ្ញុំមានភាពលំបាកក្នុងការជឿ។ តួនាទីរបស់អ្នកអាន មិនមែនជឿទេ គឺឆ្ងល់ និងយល់។ តួនាទីរបស់អ្នកនិពន្ធ ក៏មិនធ្វើឲ្យអ្នកអានជឿដែរ គឺធ្វើឲ្យអ្នកអានឆ្ងល់ និងយល់ដោយខ្លួនឯង។

អ្នកនិពន្ធដែលសូមឲ្យអ្នកអានបើកចិត្តជឿមុនពេលអាន អាចនឹងត្រៀមពាក្យសម្ដីបោកប្រាស់អ្នកអាននៅទំព័របន្ទាប់រួចហើយ។ ខ្ញុំធ្លាប់សរសេរបែបនេះកាលពីប៉ុន្មានឆ្នាំមុន តែឥលូវខ្ញុំបានប្ដូរចរិតនេះចេញ។ ខ្ញុំសូមឲ្យអ្នកបើកចិត្តសង្ស័យគ្រប់យ៉ាងនូវអ្វីដែលខ្ញុំសរសេរ ហើយត្រៀមខ្លួនស្វែងរកការពិតដោយខ្លួនឯង។ ពាក្យឆាវឆាវមួដែលខ្ញុំចាំគឺ “ជោគជ័យ ក៏មកពីសង្ស័យច្រើន បរាជ័យ ក៏មកពីសង្ស័យច្រើន”។ សម្ដីឆាវឆាវមួយឃ្លានេះ គ្មានអ្វីពាក់ព័ន្ធនឹងប្រយោគខាងលើទេ ខ្ញុំគ្រាន់តែចង់ដាក់វាចូលក្នុងសៀវភៅខ្ញុំប៉ុណ្ណោះ។

ភ្នំពេញ ថ្ងៃទី ០៩ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០១៨

ហួត សេងគៀ

សៀវភៅផ្សេងទៀត

៤ឆ្នាំ

ចរិតឆ្កែ

អាល់ប៊ុមគំនិត ភាគពីរ

ជម្រើសទីពីរ

រើសមកទុកវិញ

រៀនតាមឆាវឆាវ

ជីវិតយើងខ្លីពេក

ទស្សនៈខ្ញុំគេ

ឱ្យគេដេកទៅ

អាល់ប៊ុមគំនិត ភាគពីរ

បោលម្សៀត

inspiremini

រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាងដោយអ្នកនិពន្ធ ហួត សេងគៀ

ឆ្នាំ ២០១៨

តើមនុស្សដែលមិនធ្លាប់ជោគជ័យ អាចសរសេរពីភាពជោគជ័យបានដែរទេ?

យើងចាប់ផ្តើមពីសំណួរនេះមុនគេ។ សំណួរនេះ ជាការដេញដោលពីសមត្ថភាពរបស់អ្នកនិពន្ធ មុននឹងចាប់ផ្តើមអាន។ បើអ្នកនិពន្ធមិនដឹងថាខ្លួនឯងសរសេរពីអ្វីផង តើអ្នកអានអាចទុកចិត្តអ្វីដែលមានក្នុងសៀវភៅបានដោយរបៀបណាទៅ?

ខ្ញុំសូមដកស្រង់ការពន្យល់មួយរបស់អ្នកនិពន្ធ J.K. Rowling ដែលនិយាយពីគោលការណ៍ជោគជ័យ។ Evan Carmichael ជាអ្នកបង្កើតវីដេអូម្នាក់នៅលើYoutube ដែលតែងតែធ្វើទាក់ទងនឹងគន្លឹះជោគជ័យរបស់មនុស្សល្បីៗ។ វីដេអូរបស់គាត់ មានការទាក់ទាញខ្លាំងណាស់ ព្រោះវាលើកទឹកចិត្តអ្នកមើល និងផ្តល់ជាគំនិតល្អសម្រាប់អ្នកដែលចង់ចាប់ផ្តើមអាជីវកម្ម។

គាត់បានធ្វើវីដេអូមួយទាក់ទងនឹង អ្នកស្រី J.K. Rowling ដោយដាក់ចំណងជើងថា គោលការណ៍ជោគជ័យទាំង១០របស់ J.K. Rowling។ មិនយូរប៉ុន្មាន គាត់ក៏បានទទួលសារមួយពី J.K. Rowling។ សារនោះមិនមែនជាសារអរគុណទេ គឺជាសារដែលបង្ហាញថា គាត់ស្អប់វីដេអូបែបនេះណាស់។ J.K. Rowling បានសរសេរថា“ព្រះជាម្ចាស់! ខ្ញុំស្អប់វីដេអូបែបនេះណាស់។ ខ្ញុំធ្វើអ្វីដោយមិនមានគម្រោងពេញមួយជីវិតរបស់ខ្ញុំ។ ខ្ញុំធ្វើខុសជាប្រចាំ។ វាគ្មានគោលការណ៍អ្វីទេ។ ធ្វើតាមវិធីខ្លួនឯងទៅ។”

សារនេះ ធ្វើឲ្យ Evan ភ្ញាក់ផ្អើលមែនទែន ព្រោះជាទូទៅវីដេអូដែលគាត់ធ្វើ តែងតែទទួលការគាំទ្រពីមនុស្សដែលនៅក្នុងវីដេអូនោះជានិច្ច។ Evan បាន ធ្វើការពន្យល់ទៅកាន់ J.K. Rowling ពីគោលបំណងនៃការធ្វើវីដេអូរបស់ គាត់ ប៉ុន្តែខ្ញុំគិតថា វាគ្មានបានការទេ។ ភាពជោគជ័យរបស់ J.K. Rowling ទាំងមូលបានមកពីការសរសេររឿង ឬនិយាយឲ្យខ្លី គឺសមត្ថភាពសរសេរ របស់គាត់។ គោលការណ៍ទាំង ១០របស់ Evan មិនមែនជាការពិតទេ ហេតុនេះទើប J.K. Rowling ស្អប់វីដេអូនោះ។ គាត់ជាអ្នកនិពន្ធ តើអ្វីជា គោលការណ៍ជោគជ័យសម្រាប់អ្នកនិពន្ធ? ទោះបីយើងល្ងង់ប៉ុណ្ណា ក៏យើង អាចដឹងដែរថា គឺសរសេរសៀវភៅឲ្យចប់ដែរ។

វាគ្មានគោលការណ៍ច្បាស់លាស់ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យនោះទេ ហេតុនេះ គោលការណ៍ដែលមានក្នុងសៀវភៅនេះ អាចប្រើត្រូវ ហើយក៏អាចប្រើមិន ត្រូវ។ លើលោកនេះ មានគោលការណ៍ជោគជ័យរាប់មិនអស់ ហើយគ្មាន គោលការណ៍ណាមួយដែលអាចបញ្ជាក់ថា ធ្វើទៅ នឹងបានផលគ្រប់ពេល នោះដែរ។

ជោគជ័យ ជាភាពមិនច្បាស់លាស់ សូម្បីតែនិយមន័យរបស់វា ក៏មិនច្បាស់ លាស់ដែរ។ អ្នកខ្លះ ឲ្យនិយមន័យភាពជោគជ័យទៅលើសុភមង្គលដែលគេ ទទួលបាន។ អ្នកខ្លះទៀត សម្លឹងទៅលើលុយ ឬអំណាច។ អ្នកខ្លះវង្វេងមែន ទែន ដល់ថ្នាក់គិតថា ពេលបានថតរូបជាមួយតារាបរទេស ជាភាពជោគជ័យ ទៀតផង។

ខ្ញុំមិនយល់ថា ភាពជោគជ័យជាអ្វីឲ្យប្រាកដទេ ប៉ុន្តែខ្ញុំច្បាស់ថា បើពេលណា ខ្ញុំទទួលបានវា ខ្ញុំប្រហែលជាដឹងថាវាជាអ្វីមិនខាន។ រាល់ថ្ងៃនេះ គ្រប់យ៉ាង

ដែលខ្ញុំធ្វើរួច មិនមែនជាជោគជ័យទេ ព្រោះខ្ញុំតែចង់បានថែមទៀតជានិច្ច។ ខ្ញុំមិនចេះស្កប់ ហេតុនេះ ភាពជោគជ័យរបស់ខ្ញុំមិនដឹងនៅកន្លែងណា។

ខ្ញុំគ្មានភាពជោគជ័យទេ ប៉ុន្តែខ្ញុំអាចសរសេរពីភាពជោគជ័យបាន ដោយមិនលើកឧទាហរណ៍ពីខ្លួនឯងមកដាក់បញ្ចូល។ ខ្ញុំយកតួអង្គទាំងបីក្នុងរឿងដែលខ្ញុំពេញចិត្ត មកបង្ហាញពីភាពជោគជ័យរបស់ពួកគេ។ ពួកគេមិនជោគជ័យគ្រប់ផ្នែកនៃជីវិតទេ ប៉ុន្តែផ្នែកខ្លះវិញ គឺហួសពីការស្មានរបស់យើង។ តួអង្គក្នុងរឿងកើតពីមនុស្សពិតក្នុងសង្គមដែលអ្នកនិពន្ធធ្លាប់ជួប។ យើងអាចទុកពួកគេជាមនុស្សពិតសិនបាន។ វាមិនខុសពីអ្នកទាំងអស់គ្នាទុកតួអង្គព្រះក្នុងសាសនានីមួយៗ ជាមនុស្សពិតនោះទេ។

គោលការណ៍ទី១

កុំខ្ជិល

បើយើងមិនធ្វើអ្វីសោះ តើយើងនឹងអាចបានអ្វីមកខ្លះ? ចំណេះដឹង ជំនាញ ការងារ លុយកាក់ ស្នេហា និងសុខភាព មិនរត់មករកយើងទេ គឺយើងត្រូវរត់ទៅវា។ ប៉ុន្តែបើយើងខ្ជិល យើងនឹងបានត្រឹមតែស្រមៃប៉ុណ្ណោះ។ បើយើងជាអ្នកធ្វើការឲ្យខ្លួនឯង ត្រូវប្រឹងធ្វើការ ដើម្បីសម្រេចគោលដៅដែលយើងមាន។ បើយើងជាអ្នកធ្វើការឲ្យគេ ត្រូវប្រឹងធ្វើការ ដើម្បីមានហេតុផលទារគេឡើងប្រាក់ខែ ឬទទួលបានរង្វាន់អ្វីមួយពីថ្នាក់លើ។ យើងមិនព្រមធ្វើ អ្វីក៏យើងមិនបានដែរ។

Tony Stark ដែលជាឈ្មោះពិតរបស់ Iron man ប្រឹងធ្វើការទាំងយប់ទាំងថ្ងៃ ដើម្បីបង្កើត suit របស់គាត់។ គាត់ចង់ឲ្យខ្លួនឯង មានសមត្ថភាពទប់ទល់នឹងសត្រូវដែលគួរឲ្យខ្លាច ជាពិសេស គឺគាត់ត្រូវការពារមនុស្សដែលគាត់ស្រលាញ់។ បើសិនជាគាត់ខ្ជិលវិញ តើគាត់អាចក្លាយជា hero បានដែរទេ? តើគាត់ចូលជាសមាជិករបស់ Avengers បានដែរទេ?

Tony Stark ជាអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រ ហេតុនេះរាល់ចំណេះដឹងរបស់គាត់ គឺចេញពីការរៀនសូត្រ និងស្រាវជ្រាវដោយខ្លួនឯង។ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រស្ទើរតែទាំងអស់សុទ្ធតែជាមនុស្សធ្វើការធ្ងន់ និងស្អប់ភាពមិនបានការរបស់ខ្លួនឯង។ អ្នកវិទ្យាសាស្ត្រដែលគ្មានស្នាដៃបន្សល់ទុក នឹងស្លាប់ទៅដោយមិនអស់ចិត្ត ហេតុនេះទើបពួកគេមិនចេះនៅស្ងៀម។

ភាពខ្ជិលច្រអូស ជាសត្រូវទីមួយ។ យើងខ្ជិលហាត់ប្រាណ យើងនឹងឡើងគីឡូ ហើយមានរូបរាងដែលមិនទាក់ទាញ។ យើងខ្ជិលធ្វើម្ហូបដោយខ្លួនឯង យើងនឹងទិញម្ហូបពីក្រៅមក ហើយប៉ះពាល់ដល់សុខភាព។ យើងខ្ជិលរៀន យើងនឹងប្រឡងធ្លាក់។ យើងខ្ជិលធ្វើការ យើងនឹងត្រូវគេដេញចោល។ យើងខ្ជិលមើលថែកូនខ្លួនឯង កូននឹងស្អប់យើងនៅពេលវាធំឡើង។ យើងខ្ជិលស្រាវជ្រាវ យើងនឹងល្ងង់អស់មួយជីវិត។ នេះគ្រាន់តែជាលទ្ធផលទូទៅពីការខ្ជិលប៉ុណ្ណោះ។

ដើម្បីកុំឲ្យខ្លួនឯងខ្ជិល យើងត្រូវរៀនគិតអវិជ្ជមានពីជីវិតខ្លួនឯង។ យើងត្រូវគិតថា "ដោយសារតែយើងខ្ជិល ទើបយើងមិនមានអ្វីនៅក្នុងខ្លួន ហើយត្រូវអ្នកដទៃមើលស្រាលរាល់ថ្ងៃ" ឬ "យើងកាន់តែខ្ជិល យើងកាន់តែគ្មានតម្លៃ"។ ការគិតអវិជ្ជមាន មានឥទ្ធិពលមិនចាញ់ការគិតវិជ្ជមានទេ ហើយថែមទាំងប្រើបានផលយូរទៀតផង។ មនុស្សខ្ជិល មិនត្រូវនិយាយល្អជាមួយខ្លួនឯងទេ។ មនុស្សខ្ជិលត្រូវការគេចាក់គូថគ្រប់ពេល ព្រោះយើងមិនអាចលុបភាពខ្ជិលពីក្នុងខ្លួនបានទាំងស្រុងទេ។ ឲ្យតែភ្លេចខ្លួន យើងនឹងខ្ជិលបន្តទៀតមិនខាន។

យើងអាចប្រើការស្អប់ ការខឹង ការច្រណែន ឬភាពភ័យខ្លាច ដើម្បីធ្វើឲ្យខ្លួនយើងចាប់ផ្តើមធ្វើការ។ អារម្មណ៍អវិជ្ជមាន មានប្រយោជន៍របស់វា ឲ្យតែយើងចេះប្រើ។ អារម្មណ៍ទាំងនេះ មិនត្រូវការឲ្យយើងចំណាយលុយទៅចូលសិក្ខាសាលាអ្វីទេ ព្រោះយើងមានវាក្នុងខ្លួនរួចទៅហើយ។ អ្នកខ្លះមានតិច អ្នកខ្លះមានច្រើន អ្នកខ្លះហ៊ានប្រឈមមុខនឹងវា ហើយខ្លះទៀតកំសាក ប្រឹងលាក់អារម្មណ៍ប្រភេទនេះទុក ដោយយករឿងវិជ្ជមានមកបន្លប់។ តួនាទីរបស់ភាពវិជ្ជមាន មិនមែនលុបបំបាត់ភាពអវិជ្ជមានទេ គឺប្រើសម្រាប់បង្កើតតុល្យភាពក្នុងជីវិតមនុស្ស។ ការផ្តោតលើតែភាពវិជ្ជមានតែម្ខាង អាចផ្តល់គ្រោះថ្នាក់ដល់ការផ្លាស់ប្តូររបស់យើង។

បើយើងដឹងថា អ្នកដែលមានជំនួញខ្លួនឯង ធ្វើការមួយថ្ងៃប៉ុន្មានម៉ោង យើងនឹងដឹងភ្លាមថា ហេតុអ្វីយើងធ្វើបានត្រឹមតែបុគ្គលិករបស់គេ។ ពួកគេ ធ្វើការច្រើនជាងបុគ្គលិកធម្មតា ព្រោះគេចង់បានច្រើនជាងដែរ។ បើគេខ្ជិល គេក៏មិនមានលុយជួលក្បាលយើងទៅធ្វើការឲ្យគេដែរ។

គោលការណ៍ទី២

កុំចាំស្អែក

ការខ្ជិល ជាសត្រូវទីមួយ ចំណែកឯសត្រូវទី២ គឺ ការពន្យារពេល។ ការងារតូចៗដែលយើងមិនព្រមធ្វើ នឹងគរច្រើនឡើង រហូតដល់យើងអស់អារម្មណ៍ធ្វើតែម្តង។ គ្រាន់តែឃើញការងារ ខ្លាចបាត់ហើយ។ ពេលយើងនិយាយថា "ចាំស្អែក ចាំធ្វើ" យើងបានបង្កើតលេសដើម្បីឲ្យខ្លួនឯងបានរួចខ្លួនក្នុងថ្ងៃនេះ ប៉ុន្តែយើងគ្មានបំណងធ្វើវាពិតប្រាកដទេ។

អ្នកដែលចូលចិត្តពន្យារពេល តែងតែភ្លេចគិតរឿងមួយ គឺអនាគតខ្លួនឯង។ អ្វីដែលយើងធ្វើនៅថ្ងៃនេះ នឹងឲ្យផលនៅពេលក្រោយ។ បើយើងមិនធ្វើនៅពេលនេះ វាក៏ឲ្យផលមកយើងវិញដែរ តែផលនោះប្រហែលជាមិនល្អទេ។ កាន់តែពន្យារពេល យើងកាន់តែមើលងាយអនាគតរបស់ខ្លួនឯង។

Bruce Wayne ជាឈ្មោះកូនមហាសេដ្ឋីម្នាក់ ដែលក្រោយពីការស្លាប់របស់ឪពុកម្តាយមក ក៏ក្លាយជា Batman ដើម្បីកម្ចាត់រកយុត្តិធម៌ដល់ទីក្រុងរបស់គាត់។ Bruce មិនមាន super power អ្វីទេ ប៉ុន្តែអ្វីដែលគាត់មាន គឺលុយ បច្ចេកវិទ្យា និងមនុស្សជំនិតពីរនាក់។

ពេលចាប់ផ្តើមបេសកកម្មដំបូង Bruce បានទៅរក Mr. Fox ដើម្បីសាកសួរពីរឿងខោអាវ និងអាវុធមួយចំនួន។ គាត់បានក្រឡេកភ្នែកទៅឃើញ ឡានទាហានមួយដែលនៅក្នុងឃ្លាំងរបស់ Mr. Fox។ គាត់ក៏បានសាកបើកភ្លាមដើម្បីដឹងពីកម្លាំងរបស់វា។ ពេលនោះ Mr. Fox បានប្រាប់ពីប៊ូតុងដែលចុច

សម្រាប់ឲ្យឡាននោះទៅមុខកាន់តែលឿន តែមិនទាន់និយាយចប់ផង Bruce ក៏ចុចប៊ូតុងនោះភ្លាម។ គ្មានអ្វីល្អជាងការសាកដោយផ្ទាល់ដៃខ្លួនឯងទេ។ ក្រោយពេលសាកចប់ Mr. Fox សួរយោបល់របស់គាត់ថាគិតយ៉ាងណាចំពោះឡាននេះ។ Bruce ញញឹម ហើយសួរវិញថា "តើឡាននេះមានពណ៌ខ្មៅ" ដែរទេ។ Batman ត្រូវការពណ៌ខ្មៅមួយឈុត ដើម្បីឲ្យមើលទៅដូចប្រជៀវ។

Bruce មិនចាំស្អែកទេ ពេលដែលទាក់ទងនឹងការក្លាយខ្លួនជា Batman។ គាត់ក៏មិនចាំស្អែកដើម្បីចេញទៅចាប់ឧក្រិដ្ឋជនដែរ ព្រោះអ្វីដែលគាត់ធ្វើ មិនអាចចាំស្អែកបាន។ ការងារជាច្រើនដែលយើងធ្វើប្រចាំថ្ងៃ ក៏សុទ្ធតែមិនបាច់ស្អែកបានដូចគ្នា។

Jordan Peterson បានសួរសំនួរមួយទៅកាន់សិស្សក្នុងថ្នាក់របស់គាត់ថា "ក្នុងរយៈពេល ១០ឆ្នាំ បើសិនជាអ្នកមិនគេចវេសក្នុងការធ្វើអ្វីដែលអ្នកដឹងថាត្រូវតែធ្វើ តើអ្នកនឹងក្លាយជាអ្វី?" យើងច្រើនតែគេចវេសពីអ្វីដែលយើងត្រូវតែធ្វើ ហើយទៅធ្វើអ្វីដែលមិនចាំបាច់ ព្រោះវាងាយស្រួលជាង។

យើងពន្យារពេល ព្រោះយើងគិតថា យើងនៅមានពេលដើម្បីធ្វើវាទៀត ប៉ុន្តែយើងភ្លេចគិតរឿងមួយ គឺយើងអាចស្លាប់បានគ្រប់ពេល។ ថាមិនត្រូវ យើងមិនអាចភ្ញាក់ឡើងនៅព្រឹកស្អែកផងក៏ថាបាន។ ការគិតពីរឿងស្លាប់ ជួយយើងមិនឲ្យខ្ជះខ្ជាយពេល ហើយប្រឹងធ្វើអ្វីដែលចាំបាច់ឲ្យរួចរាល់អស់។

Eobard Thawne ឬហៅថា Reverse Flash បាននិយាយប្រាប់ The Flash ថា "សត្រូវរួមរបស់យើងទាំងពីរនាក់ គឺពេលវេលា"។ មិនមែនតែពួកគេទេ តាមពិតវាក៏ជាសត្រូវរួមរបស់យើងគ្រប់គ្នា។ ពេលវេលា មិនដែលឈរនៅខាងយើងទេ។ ជួនកាល យើងកំពុងតែសប្បាយ វាក៏ឆក់យកជីវិត

យើងទៅបាត់។ ពេលវេលា គ្មានអានិតអ្នកណាទាំងអស់ ហេតុនេះទាន់នៅមានពេល យើងគួរតែធ្វើអ្វីដែលយើងគិតថា ចាំបាច់សម្រាប់ជីវិតយើង។

ការពន្យារពេលជាវិធីសាស្ត្រមួយ ដែលធ្វើឲ្យយើងនៅពីក្រោយអ្នកដទៃជានិច្ច។ ពេលគេកំពុងរៀន យើងបែរជាដេកលេង។ ពេលគេកំពុងប្រឹងធ្វើការរកលុយ យើងបែរជាចាយលុយខ្ជះខ្ជាយ។ ពេលដែលគេកំពុងរៀបគម្រោងគ្រប់គ្រងយើង យើងបែរជាដាក់ពាក្យធ្វើការឲ្យគេ។ យើងដើរពីក្រោយគេព្រោះនៅពេលគេចាប់ផ្ដើមធ្វើ យើងមិនព្រមចាប់ផ្ដើមជាមួយគេ។

ការពន្យារពេល និងការចេះអត់ធ្មត់រង់ចាំឱកាស ជារឿងផ្សេងគ្នា។ មួយ គឺធ្វើតាមផែនការ និងមានគោលដៅច្បាស់លាស់ ចំណែកមួយទៀត គឺធ្វើឡើងដើម្បីមិនចាំបាច់ធ្វើអី។ អ្នកដែលរង់ចាំឱកាស មិនពន្យារពេលទេ នៅពេលដែលឱកាសមកដល់ ប៉ុន្តែអ្នកដែលពន្យារពេលវិញ មើលមិនស្គាល់ថាអ្វីជាឱកាសផង។

តម្លៃរបស់ពេលវេលា ស្ថិតលើស្នាដៃដែលយើងអាចធ្វើក្នុងពេលនោះ។ បើយើងមានពេលអាចធ្វើអ្វីមួយបាន យើងត្រូវតែធ្វើ។ គ្មានអ្នកណាឆ្លាតជាងមនុស្សដែលចេះប្រើពេលវេលាទេ។

គោលការណ៍ទី៣
កុំរំពឹងអ្នកដទៃ

យើងមិនមែនរស់តែឯងក្នុងលោកទេ ប៉ុន្តែនេះមិនមែនជាហេតុផលដែលយើងត្រូវរំពឹងអ្នកដទៃមកជួយយើងគ្រប់កិច្ចការដែរ។ អ្នកដទៃ មិនរស់ដើម្បីជួយយើងទេ ហើយជីវិតយើង ក៏មិនត្រូវពឹងលើអ្នកណាដែរ។ អ្វីដែលយើងអាចធ្វើបាន គឺយើងធ្វើដោយខ្លួនឯង ទើបវាងាយស្រួលជាង។

ដំបូន្មានដែលល្អបំផុតសម្រាប់អ្នកអានទាំងអស់គ្នា គឺគ្មានអ្នកណាមកជួយយើងទេ ហើយក៏គ្មានអ្នកណាខ្វល់ពីយើងដែរ។ គ្រប់បញ្ហាដែលយើងជួបប្រទះ សុទ្ធតែនៅក្រោមទំនួលខុសត្រូវរបស់យើង។ បើយើងអាចដោះស្រាយវាចេញ យើងនឹងបានធូរចិត្តមួយកម្រិត តែបើមិនអាចទេ យើងនឹងត្រូវទ្រាំរស់ជាមួយបញ្ហានោះ។ ពេលយើងទទួលស្គាល់ពីរឿងនេះ យើងនឹងកាត់បន្ថយចំណង់ដែលត្រូវការអ្នកដទៃមកជួយយើងមិនខាន។

ការចាប់ផ្ដើមដំបូងរបស់ Iron man គឺនៅក្នុងរូងភ្នំ។ ពួកឧទ្ទាមបានចាប់ Tony ក្នុងគោលបំណងបង្ខំគាត់ផលិតអាវុធឲ្យពួកគេ។ Tony ដឹងច្បាស់ថា បើគាត់ផលិតអាវុធឲ្យពួកវាហើយ គាត់នឹងត្រូវគេសម្លាប់ចោលនៅក្នុងរូងភ្នំនោះមិនខាន។ ពឹងលើខួរក្បាល និងកំហឹងដែលមាននៅពេលនោះ គាត់បានរកវិធីរំដោះខ្លួនចេញពីកណ្ដាប់ដៃពួកនោះ។ វិធីដែលគាត់រកឃើញ គឺបង្កើត Iron man suit ដែលអាចហោះយករួចខ្លួនបាន។

គាត់អាចរង់ចាំគេមកជួយគាត់បាន ព្រោះគាត់ជាមហាសេដ្ឋី ហើយជាមនុស្សសំខាន់សម្រាប់ទ័ពទៀតផង។ អាវុធថ្មីៗដែលចេញសហគ្រាស Stark ជាគន្លឹះនៃការពង្រីកអំណាច ហេតុនេះរដ្ឋាភិបាលមិនបោះបង់គាត់ចោលដោយងាយទេ។ ប៉ុន្តែ បើគាត់ចាំគេមកជួយ តើពេលណាទើបគេមកដល់? ចុះបើមកហើយ មិនអាចជួយគាត់បាន តើគាត់ត្រូវធ្វើយ៉ាងណា? ជម្រើសល្អ គឺពឹងលើខ្លួនឯង។

គាត់រៀបផែនការ ដោយធ្វើពុតជាចុះចូលនឹងក្រុមឧទ្ទាម ដើម្បីទាញយកពេលវេលាធ្វើអាវុធរបស់គាត់។ ដោយសារក្រុមឧទ្ទាមឆ្លាតមិនដល់គាត់ ហេតុនេះមិនដឹងថាគាត់កំពុងបង្កើត suit ទេ។ ពួកវាមើលតាមកាមេរ៉ា ឃើញTony ធ្វើការរហូត ក៏គ្មានការសង្ស័យ។ ទម្រាំតែដល់ពេលពួកវាសង្ស័យ Iron man suit ក៏ធ្វើហើយល្មម។ គាត់រួចខ្លួន ព្រោះពឹងលើចំណេះដឹងបទពិសោធន៍ និងភាពឆ្លាតវៃរបស់ខ្លួនឯង។

ផ្ទុយពី Tony ពួកឧទ្ទាម មិនអាចផលិតអាវុធដោយខ្លួនឯងបានទេ។ ផែនការរបស់ពួកវា ពឹងទាំងស្រុងទៅលើខួរក្បាល និងការចុះចូលរបស់ Tony ហេតុនេះ ពេលដែល Tony រួចខ្លួន ផែនការរបស់វាក៏បរាជ័យ។

យើងត្រូវពឹងលើខ្លួនឯងដើម្បីធ្វើអ្វីដែលយើងគិតត្រូវ ព្រោះអ្នកដទៃអាចមិនគិតដូចយើងទេ។ គេអាចមិនគាំទ្រយើង ឬគាំទ្រដែរ តែមិនអស់ពីចិត្ត ដែលអាចក្លាយជាឧបសគ្គនៅពេលក្រោយ។

ដើម្បីពឹងខ្លួនឯងបាន យើងត្រូវសាងគ្រឹះជាទីពឹងសិន។ យើងត្រូវមានសមត្ថភាព និងចំណេះដឹងគ្រប់គ្រាន់ ជាពិសេសដឹងថាតើខ្លួនឯងកំពុងស្ថិតក្នុងកាលៈទេសៈបែបណា។ ការពឹងលើខ្លួនឯង ជាវិធីសាស្ត្រអភិវឌ្ឍខ្លួន។ តើមានអ្វីដែលបង្ខំយើងឲ្យធ្វើគ្រប់យ៉ាងបានល្អជាងនេះទៀត? បើយើង

ទន្ទេញថា "គ្មានអ្នកណាមកជួយយើងទេ" យើងនឹងត្រៀមខ្លួនគ្រប់ពេល ទោះបីជាបញ្ហាមិនទាន់មកដល់ក៏ដោយ។

អ្នកដទៃ មិនមែនជាទីពឹងរបស់យើងទេ។ យើងក៏គ្មានសិទ្ធិបន្ទោសអ្នកដទៃដែរ នៅពេលគេមិនចង់ជួយយើង ឬជួយយើងមិនបាន។ ភាពជោគជ័យ ពឹងលើសុភាសិតខ្មែរមួយឃ្លា "ខ្លួនទីពឹងខ្លួន"។

គោលការណ៍ទី៤
កុំបានតែទ្រឹស្ដី

គេថាសាលារៀន ជាកន្លែងដែលបង្រៀនតែទ្រឹស្ដី ហេតុនេះទើបជាសិស្ស រៀនចប់ មិនអាចធ្វើអ្វីបាន។ បើមិនឲ្យគេបង្រៀនពីទ្រឹស្ដី តើចង់ឲ្យគេបង្រៀនសិស្សពីអ្វីវិញ? សាលារៀនបង្រៀនសិស្សដោយមានកំណត់ពេលច្បាស់លាស់ ព្រោះសាលារៀន ត្រូវការគិតលុយតាមម៉ោង។ យើងមិនមែនមិនដឹងថា សាលារៀនជាមុខរបររកស៊ីឯណា ហេតុនេះយើងត្រូវយល់ពីក្បួននៃការរកស៊ីផង។

ទ្រឹស្ដីតែម្យ៉ាង មិនអាចធ្វើអ្វីចេញទេ។ សិក្ខាសាលាដែលគេប្រើពាក្យថា “ជោគជ័យ” ដើម្បីទាក់ទាញអ្នកចូលរួម ពឹងទៅលើទ្រឹស្ដីច្រើនជាងការអនុវត្ត។ ពាក្យថា “ជោគជ័យ” ស្ទើរតែក្លាយជាទស្សនវិជ្ជាមួយទៅហើយ ព្រោះមនុស្សគ្រប់គ្នាប្រឹងបង្កើតនិយមន័យផ្សេងៗឲ្យពាក្យនេះ។ អ្នកថាតាមគេ ក៏ចេះតែថាតាមទៅ ព្រោះមិនដឹងថា មួយណាត្រូវមួយណាខុស។

ការមានទ្រឹស្ដីច្រើន ក៏មិនអត់ប្រយោជន៍ដែរ ព្រោះពេលខ្លះយើងអាចធ្វើឲ្យអ្នកដទៃទុកចិត្តយើងដោយសារទ្រឹស្ដី។ ជួនកាល យើងគ្មានទ្រឹស្ដីផ្ទាល់ខ្លួន តែយើងអាចយកទ្រឹស្ដីរបស់អ្នកប្រាជ្ញល្បីៗមកនិយាយបន្ត ហើយក៏ទទួលបានផលតបស្នងល្អគួរសមដែរ។ តើអ្នកទាំងអស់គ្នាជឿទេ អ្នកខ្លះអាចចិញ្ចឹមជីវិតដោយសារការទន្ទេញចាំទ្រឹស្ដីរបស់អ្នកដទៃ? អ្នកស្ដាប់ ស្ដាប់មិនចេះធុញ ហើយជួយចិញ្ចឹមគេទៀតផង។

ផលវិបាក នៃការបានតែទ្រឹស្តី គឺគ្មានអ្វីជាសំអាង។ យើងត្រូវការភស្តុតាងដើម្បីឲ្យគេជឿ។ បើយើងពូកែនិយាយ តែពេលគេសួររកស្នាដៃ យើងមិនអាចបង្ហាញគេបានតើតម្លៃរបស់យើងនឹងធ្លាក់ដល់ណា? ជំនឿមួយដែលគេមានក្នុងសង្គម គឺ “អ្នកដែលពូកែនិយាយ មិនពូកែធ្វើទេ” ឬ ”អ្នកដែលមិនចេះធ្វើនឹងក្លាយជាអ្នក បង្រៀន”។ ជំនឿនេះកើតឡើងដោយសារអ្នកដែលសម្បូរទ្រឹស្តី តែធ្វើអ្វីមិនចេញ។

Tony Stark មានទាំងទ្រឹស្តី និងលទ្ធផល។ គាត់អាចពន្យល់ពីអ្វីដែលគាត់បង្កើត បានយ៉ាងក្បោះក្បាយ ហើយក៏អាចអូសទាញអ្នកដទៃឲ្យចូលរួមជាមួយគាត់បានដែរ។ ទ្រឹស្តីរបស់គាត់ មិនមែនមានដើម្បីបិទបាំងភាពល្ងង់ខ្លៅទេ តែដើម្បីជួយឲ្យអ្នកដទៃមើលឃើញថាគាត់ឆ្លាតដល់កម្រិតណា ហើយអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ។

អ្នកដែលចេះធ្វើ តែមិនចេះនិយាយ ក៏មិនអាចទទួលបានភាពជោគជ័យដែរ។ បើអ្នកដទៃមើលមិនឃើញ ឬមិនអាចយល់ពីអ្វីដែលយើងធ្វើ តើធ្វើយ៉ាងណាគេឲ្យតម្លៃយើង? ការមានទ្រឹស្តី ជាផ្នែកម្ខាងនៃភាពឆ្លាតរបស់យើង ហើយស្នាដៃជាផ្នែកម្ខាងទៀតដែលធ្វើឲ្យអ្នកដទៃអស់សង្ស័យ។ គេអាចមិនជឿយើងទេពេលលឺសម្តីរបស់យើង តែពេលយើងបង្ហាញអ្វីដែលបានធ្វើ គេអាចនឹងប្តូរចិត្ត។

ខ្ញុំមិនជឿថា ការចេះទ្រឹស្តី ជារឿងមិនល្អទេ សំខាន់គឺយើងចេះប្រើវា។ ពេលខ្លះ យើងបញ្ចេញ ទ្រឹស្តីមុន ហើយចាំបង្ហាញស្នាដៃតាមក្រោយ ពេលខ្លះទៀត យើងបង្ហាញស្នាដៃជាមុន ចាំបញ្ចេញ ទ្រឹស្តីតាមក្រោយដើម្បីបិទគូថ។

ឧទាហរណ៍ងាយជាងគេ គឺពេលសម្ភាសន៍ការងារ។ យើងត្រូវបង្ហាញគេពីអ្វីដែលធ្លាប់ធ្វើ និងពន្យល់គេអ្វីដែលយើងធ្វើ។ បើយើងមានតែស្នាដៃ តែមិនអាចពន្យល់ពីរបៀបធ្វើ ឬអត្ថន័យឲ្យគេយល់បាន គេក៏មិនជឿថានោះជាស្នាដៃរបស់យើងដែរ។ បើយើងពូកែនិយាយ តែគ្មានអ្វីឲ្យគេមើលសោះ គេក៏មិនជឿយើងដូចគ្នា។

ទ្រឹស្តី និងការធ្វើ ត្រូវទៅជាមួយគ្នាជានិច្ច។

គោលការណ៍ទី៥
កុំធ្វើការទុកស្អែក

បើចង់ធ្វើអ្វីបានសម្រេច យើងត្រូវដាក់កាលកំណត់ចំពោះកិច្ចការនោះ។ ក្រោយពីមានកាលកំណត់ច្បាស់លាស់ហើយ យើងត្រូវចែកការងារជាផ្នែកតូចៗសម្រាប់បំពេញរាល់ថ្ងៃ។ ផ្នែកទាំងនេះ ត្រូវតែធ្វើឲ្យហើយ ទើបស្អែកយើងអាចបន្តទៅមុខបានទៀត។ បើយើងធ្វើមិនហើយក្នុងថ្ងៃនេះ ស្អែកយើងក៏មិនអាចធ្វើហើយដែរ។

ចំណុចនេះ ទាក់ទងនឹងវិន័យផ្ទាល់ខ្លួន។ បើយើងគ្មានវិន័យផ្ទាល់ខ្លួនទេ អ្វីក៏ធ្វើមិនបានសម្រេចដែរ។ ដឹងថាហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំដឹងទេ? ព្រោះខ្ញុំគ្មានវិន័យច្បាស់លាស់ ហេតុនេះទើបខ្ញុំធ្វើការងារធំដុំមិនកើត។ វិន័យផ្ទាល់ខ្លួន សំខាន់ជាងជំនឿលើខ្លួនឯង ឬការគិតវិជ្ជមានរាប់សិបដង។ ការងារដែលមាននៅចំពោះមុខ គឺត្រូវធ្វើឲ្យហើយ មុនពេលឈប់។

អ្នកដែលមានវិន័យផ្ទាល់ខ្លួន ចេះគោរពពេលវេលាដែលបានរៀបចំទុក។ បើការងារដែលត្រូវធ្វើក្នុងមួយថ្ងៃមាន បីយ៉ាង ពួកគេនឹងប្រឹងធ្វើឲ្យហើយ មុននឹងសម្រាក។ ពួកគេមិនរំកិលពេលកំណត់ដើម្បីខ្លួនឯងបានសម្រាកទេ។ ពេលកំណត់ ជាពេលដែលពួកគេសម្រាក ហើយក៏ជាពេលដែលពួកគេទទួលបានលទ្ធផលការងារដែរ។

នៅក្នុង Batman Beginning បានបង្ហាញពីវិន័យផ្ទាល់ខ្លួន និងការតាំងចិត្តរបស់ Bruce ពេលដែលគាត់ចូលហាត់រៀនក្នុង Leauge of Assasins ។

បើគ្មានវិន័យក្នុងខ្លួនទេ កុំថាតែធ្វើជា Batman សូម្បីតែវាយជាមួយជនពាល ធម្មតា ក៏គាត់គ្មានផ្លូវអាចឈ្នះគេផង។ នៅក្នុងការហាត់ក្បាច់គុន វិន័យផ្ទាល់ខ្លួន ជាគន្លឹះសំខាន់សម្រាប់ការរីកចម្រើន។ បើគ្រូដាក់បញ្ជាឲ្យទាត់១០០ជើង យើងត្រូវទាត់១០០ជើង ដោយគ្មានត៉វ៉ាអ្វីទាំងអស់។ យើងអាចលួចខ្ជិលបាន តែលទ្ធផលរបស់យើង និងអ្នកដែលមិនលួចខ្ជិល ប្រាកដជាខុសគ្នា។

បើសិនជា Bruce លួចខ្ជិលនៅពេលហាត់រៀន តើគាត់ត្រូវប្រើពេលប៉ុន្មានឆ្នាំ ទើបអាចត្រលប់មកផ្ទះវិញ ហើយធ្វើជា Batman? ចុះប្រសិនបើគាត់ហាត់ ហើយតែមិនបានប្រយោជន៍ ហើយត្រូវគេវាយស្លាប់ ពេលប្រឈមមុខនឹងពួកចិត្តអាក្រក់ តើវានឹងទៅជាយ៉ាងណា?

មិនថាយើងជាមនុស្សប្រភេទណាទេ យើងគួរតែមានអ្វីដែលយើងចង់បាន ដូច្នេះជំហានដំបូង គឺដាក់ពេលកំណត់ឲ្យខ្លួនឯង។ បន្ទាប់មកចែកការងារ សម្រាប់ធ្វើក្នុងមួយថ្ងៃ។ យើងត្រូវដាក់កំហិតលើខ្លួនឯង ថាត្រូវតែធ្វើឲ្យហើយ មុននឹងទៅធ្វើអ្វីផ្សេងទៀត។ យើងត្រូវចរចាជាមួយខ្លួនឯង ដូចជាយើងចរចា ជាមួយអ្នកដទៃដែរ។ យើងត្រូវធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីឲ្យខ្លួនយើងព្រមធ្វើការដែល បានកំណត់នោះ។

ការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង ជា super power មួយដែលជួយយើងឲ្យធ្វើរឿង ជាច្រើនបានសម្រេច។ វាជាដំណើងល្អ ដែលមិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នាអាចធ្វើវា បាន ព្រោះបានន័យថា ឱកាសដែលយើងអាចធ្វើបានមុនគេ ក៏នៅមានដែរ។

គោលការណ៍ទី៦

កុំបោកខ្លួនឯង

តើការកុហកអ្នកដទៃ និងការកុហកខ្លួនឯង មួយណាគ្រោះថ្នាក់ជាង? ចម្លើយនៅនឹងភ្នែក គឺការកុហកខ្លួនឯង។ ភាគច្រើន យើងកុហកអ្នកដទៃ ដើម្បីប្រយោជន៍អ្វីមួយរបស់យើង ប៉ុន្តែបើយើងកុហកខ្លួនឯង តើវាបានប្រយោជន៍ទៅអ្នកណា?

ពេលនិយាយដល់ភាពស្មោះត្រង់ យើងនឹងដឹងភ្លាមថា យើងមិនប្រើវាជាមួយគ្រប់គ្នាទេ។ អ្នកខ្លះសមឲ្យយើងនិយាយត្រង់ ខ្លះទៀតមិនត្រូវនិយាយត្រង់ដាច់ ខាត។ ភាពស្មោះត្រង់អាចជួយធ្វើឲ្យជីវិតយើងងាយស្រួល តែវាក៏អាចបំផ្លាញជីវិតយើងបានដែរ។ ជាមួយអ្នកដទៃ យើងត្រូវចេះវាយតម្លៃដោយខ្លួនឯង ថាគួរស្មោះត្រង់ជាមួយគេឬអត់ ប៉ុន្តែជាមួយខ្លួនឯង ដាច់ខាតត្រូវតែស្មោះត្រង់គ្រប់ពេល។

បើយើងមិនបោកខ្លួនឯង យើងនឹងមើលដឹងគ្រប់យ៉ាងដែលកំពុងកើតឡើង។ បើយើងមិនបោកខ្លួនឯង អ្នកដទៃក៏មិនបោកយើងបានដែរ។ បើយើងមិនបោកខ្លួនឯង យើងក៏មិនពិបាកយូរដែរ។ ដោយសារតែយើងបោកខ្លួនឯង ទើបយើងងើបមិនរួចពីភាពចោលម្សៀត ឬជីវភាពក្រីក្រ។

ការបោកខ្លួនឯង ចាប់ផ្តើមឡើងនៅពេលយើងរៀនលួងខ្លួនឯងក្នុងរឿងអ្វីមួយដែលយើងមិនអាចធ្វើបាន។ ពាក្យល្អៗដែលយើងនិយាយមកកាន់ខ្លួនឯង វានឹងក្លាយជាទម្លាប់រហូតគ្រប់បញ្ហាក្នុងជីវិតរបស់ក្លាយជារឿងល្អទាំងអស់។

បញ្ហាទាំងនោះមិនទៅណាទេ ព្រោះគ្មានអ្នកដោះស្រាយ ប៉ុន្តែយើងបែរជាធូរចិត្ត ព្រោះយើងពូកែលួងខ្លួនឯង។ យើងគេចវេសពីបញ្ហា ព្រោះយើងដឹងថាយើងគ្មានថ្ងៃដោះស្រាយវាបាន។

ការបោកខ្លួនឯងក្នុងកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ នឹងក្លាយជាបញ្ហាផ្លូវចិត្ត ដែលគេហៅថា Delusion។ ពួកគេមិនអាចចែកដាច់ថាអ្វីជាការពិត ឬជារឿងដែលប្រឌិតឡើងមកទៀតទេ។

Iron man មិនបោកខ្លួនឯងទេ ពេលប្រឈមមុខនឹងពួក alien។ គាត់ដឹងគាត់មិនអាចធ្វើអ្វីកើតទេ បើសិនជាពួកនោះមកឈ្លានពានផែនដីម្តងទៀត។ ដំណោះស្រាយ គឺបង្កើត Ultron។ Ultron ជាមនុស្សយន្តដែលអាចបញ្ជាលើខ្លួនឯងបាន ហើយ Iron man ចង់បង្កើតមកទុកសម្រាប់ទប់ទល់នឹង alien។ គម្រោងនេះមិនបានសម្រេច ព្រោះក្រោយមក Ultron បែរជាចង់កម្ទេច Avengers ចោលទៅវិញ។ ពេលដែលគម្រោងមួយមិនបានសម្រេច Tony ក៏រកផែនការថ្មីមួយទៀត ដើម្បីកម្ចាត់ Ultron គឺបង្កើត Vision។ Vision ក៏ជាមនុស្សយន្តដូចគ្នា ប៉ុន្តែឈរខាង Avengers ហេតុនេះពួកគេអាចចាត់ការ Ultronបាន។

Iron man អាចចាត់ទុកជាមនុស្សដែលស្មោះត្រង់នឹងខ្លួនឯងជាងគេ បើធៀបទៅនឹងសមាជិកផ្សេងទៀតរបស់ Avengers។ Iron man មើលទៅកាន់បញ្ហា ហើយរកវិធីដោះស្រាយ ដោយមិនផ្លាស់ប្តូរបញ្ហាទៅជាឱកាស ឬប្រើពាក្យល្អដើម្បីបិទបាំងចំណុចខ្សោយរបស់ខ្លួនឯង។

គោលការណ៍ទី៦នេះ ជាគ្រឹះនៃគោលការណ៍ទី៣។ បើយើងមិនបោកខ្លួនឯងទេ យើងនឹងដឹងច្បាស់ពីសមត្ថភាពខ្លួនឯង ហេតុនេះទើបយើងអាចពឹងខ្លួនឯងបាន។ បើយើងមិនដឹងថាអ្វីយើងធ្វើបាន និងអ្វីយើងធ្វើមិនបាន យើងនឹង

សម្រេចចិត្តធ្វើដោយរំពឹងលើសំណាងទាំងស្រុង។ ភាគច្រើន គឺធ្វើដោយបិទភ្នែក។

Iron man ដឹងច្បាស់ថា suit របស់គាត់អាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ ក្នុងពេលប្រយុទ្ធគ្នា ដូច្នេះទើបគាត់អាចពឹងលើខ្លួនឯងបាន។ Iron man ជាមនុស្សតែម្នាក់ដែលអាចធ្វើឲ្យ Thano ស្រក់ឈាមបាន នៅក្នុង Infinity War។ បច្ចេកវិទ្យារបស់ Iron man suit មានការវិវឌ្ឍរហូត ព្រោះគាត់ដឹងច្បាស់ថាអ្វីដែលគាត់មានមិនទាន់គ្រប់គ្រាន់។ បច្ចេកវិទ្យារបស់គាត់នៅតែមានចំណុចខ្សោយជានិច្ច ហើយគាត់មិនបដិសេធពីរឿងនេះទេ។

បើយើងនៅតែបោកខ្លួនឯង យើងនឹងស្គាល់ត្រឹមតែជោគជ័យក្លែងក្លាយដែលយើងបង្កើតមកដើម្បីលួងចិត្តប៉ុណ្ណោះ។ យើងលួងខ្លួនឯងរហូតដល់ថ្ងៃស្លាប់។

តើយើងបោកខ្លួនឯងក្នុងរឿងអ្វីខ្លះ?

ពាក្យកុហក មានច្រើនរាប់មិនអស់។ ពាក្យកុហកខ្លះ ក្លាយជារឿងពេញនិយមដែលមនុស្សយកទៅប្រើតគ្នា។ ពាក្យកុហកខ្លះទៀត គេទុកប្រើជាមួយខ្លួនឯងស្ងាត់ៗ។ អ្នកខ្លះទៀត បើកមុខរបរដោយពឹងលើការបង្រៀនអ្នកដទៃឲ្យចេះកុហកខ្លួនឯង។ ខ្ញុំនឹងលើកពីរឿងបីយ៉ាងដែលយើងតែងតែកុហកខ្លួនឯង ហើយអាចជះផលអាក្រក់ដល់ខ្លួនយើង។

ភាពចោលម្សៀត

រឿងទីមួយ គឺយើងជាមនុស្សចោលម្សៀតពីកំណើតគ្រប់គ្នា។ យើងនឹងបន្តភាពចោលម្សៀតនេះ រហូតដល់ថ្ងៃដែលយើងព្រមទទួលស្គាល់ថាខ្លួនឯង

ចោលម្សៀត ហើយធ្វើអ្វីម៉្យាងដើម្បីបញ្ឈប់វា។ អ្នកខ្លះ ត្រូវចោលម្សៀតពេញមួយជីវិត។

អត្ថន័យនៃពាក្យចោលម្សៀត អាចប្រែប្រួលទៅតាមចរិតមនុស្ស។ មនុស្សដែលចូលចិត្តលួងខ្លួនឯង នឹងធ្វើឲ្យពាក្យចោលម្សៀតមានន័យស្រាលបន្តិច ព្រោះវាធ្វើឲ្យពួកគេងាយដកខ្លួនចេញពីពាក្យនេះ។ គ្មានអ្នកណាចូលចិត្តពាក្យថា "ចោលម្សៀត" នោះទេ ប៉ុន្តែរបៀបដែលមនុស្សទទួលយកពាក្យនេះ គឺខុសគ្នា។ អ្នកខ្លះខឹងនៅពេលគេថាឲ្យបែបនេះ ខ្លះទៀតភ្ញាក់ខ្លួន រីឯអ្នកដែលយ៉ាប់បំផុត គឺទទួលស្គាល់ដោយមិនព្រមធ្វើអ្វីទាំងអស់។

បើយើងសម្លឹងមើលមកជីវិតខ្លួនឯង រួចសរសេរចេញឲ្យអស់ពីអ្វីដែលយើងធ្លាប់ធ្វើ និងអ្វីដែលយើងធ្វើឲ្យខុសកន្លងមក យើងនឹងដឹងថា តើភាពចោលម្សៀតរបស់យើងស្ថិតក្នុងកម្រិតណា។ ការវិភាគភាពចោលម្សៀត ជាជំហានដំបូងនៃការផ្លាស់ប្តូរខ្លួនឯង។ យើងតាមដានភាពចោលម្សៀតរបស់យើង ដើម្បីទទួលបានផលដែលយើងគ្រោងទុក។

នៅក្នុងសិក្ខាសាលាលើកទឹកចិត្តភាគច្រើន បង្រៀនឲ្យយើងចេះគិតល្អពីខ្លួនឯង។ គ្រូបណ្តុះបណ្តាលខ្លះ ដល់ថ្នាក់បង្រៀនឲ្យសិស្សគិតថាខ្លួនឯងជាមនុស្សអស្ចារ្យទៀតផង។ ការបង្រៀនបែបនេះ ផ្ទុយពីការពិត ហើយមិនមែនជាវិធីល្អក្នុងការកែប្រែមនុស្សទេ។ គ្រូទាំងនោះ មិនប្រាប់យើងថា ហេតុអ្វីយើងជាមនុស្សអស្ចារ្យទេ ប៉ុន្តែគេប្រាប់យើងឲ្យជឿគ្រប់យ៉ាងដែលគេបង្រៀន។

ភាពអស្ចារ្យ មិនកើតចំពោះមនុស្សចោលម្សៀតទេ។ ភាពអស្ចារ្យ កើតពីស្នាដៃ និងចំណេះដឹងដែលមនុស្សម្នាក់មាន ឬបានធ្វើ។ ភាពអស្ចារ្យលំដាប់ខ្ពស់ កើតពីការលះបង់ជីវិត។ បើយើងមិនធ្លាប់ធ្វើអ្វីធំដុំសោះ តើយើងក្លាយ

ជាមនុស្សអស្ចារ្យបានដោយរបៀបណា? បានដោយកុហកខ្លួនឯង? ពាក្យថា អស្ចារ្យ មិនមែនសម្រាប់ប្រើដើម្បីលួងមនុស្សទេ។ គេប្រើពាក្យដើម្បីបង្ហាញការគោរព ការសរសើរ និងលាយឡំជាមួយភាពសោកស្ដាយបើសិនជាភាពអស្ចារ្យនោះត្រូវបានបាត់បង់។

យើងភ្លេចគិតហើយថា ភាពអស្ចារ្យ មានន័យផ្ទុយរបស់ភាពចោលម្សៀត។ សង្គមដែលប្រើពាក្យនេះដោយមិនដឹងអី ពិបាករកឃើញការរីកចម្រើនខ្លាំងណាស់។ យើងគប្បីប្រើពាក្យអស្ចារ្យ ជាមនុស្សដែលអស្ចារ្យ។ យើងក៏គួរប្រើពាក្យចោលម្សៀត ទៅលើមនុស្សចោលម្សៀតដែរ។ នេះជារបៀបបង្ហាញការពិត។

យើងមិនគួរគេចវេសទេ បើសិនជាយើងជាមនុស្សចោលម្សៀតមែន។ យើងទទួលស្គាល់កាន់តែរហ័ស យើងកាន់តែមានពេលដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរខ្លួនឯង។ ការដឹងខ្លួនថា ចោលម្សៀត ជាការជម្រុញខ្លួនឯងមួយប្រភេទដែលពឹងលើអារម្មណ៍អវិជ្ជមាន ប៉ុន្តែនាំយើងទៅរកផលវិជ្ជមាន។ អារម្មណ៍អវិជ្ជមាន ប្រើបានផលជាងអារម្មណ៍វិជ្ជមាន។

នៅក្នុងរឿង The Flash រដូវកាលទី១ ភាគទី៥ មានកិច្ចសន្ទនាមួយរវាងមិត្តចាស់ពីរនាក់ គឺ មេបញ្ជាការ Eiling និង Reverse Flash។ Reverse Flash នៅពេលនោះ ខ្ចីរាងកាយរបស់ Harrison Well ដើម្បីធ្វើកិច្ចការសម្ងាត់របស់គាត់។ មេបញ្ជាការ Eiling បានសួរ Reverse Flash ថា "ប្រាប់ខ្ញុំមកមើល តើមនុស្សម្នាក់អាចធ្វើអ្វីបានខ្លះក្រោយពេលជួបបរាជ័យដ៏ធំ នៅចំពោះមុខមហាជន?" Reverse Flash ដែលអង្គុយលើរទេះ បានតបដោយសម្លេងធម្មតាថា "អ្នកខ្លះសម្របខ្លួន។ អ្នកខ្លះ វិវឌ្ឍខ្លួន។ អ្នកខ្លះបែរជាយកចិត្តទុកដាក់ដើម្បីបង្កើតសំណាងរបស់ខ្លួនមកវិញ"។

នៅក្នុងភាគដដែល Reverse Flash ក៏បានជម្រុញ ទាហានស្រីម្នាក់ឲ្យទៅសម្លាប់មេបញ្ជាការ Eiling។ នៅក្នុងនោះ គាត់បាននិយាយថា “គាត់នឹងធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងដើម្បីយកអ្វីដែលគាត់បាត់បង់មកវិញ”។ តើការតាំងចិត្តបែបនេះមិនមែនជាអ្វីដែលយើងចង់បានទេឬ? យើងក៏គួរតែធ្វើគ្រប់យ៉ាងដើម្បីលែងមានឈ្មោះជាមនុស្សចោលម្សៀតដែរ។

បើសិនជាយើងដឹងថាខ្លួនយើងជាមនុស្សចោលម្សៀត ហើយបែរជារកលេសដើម្បីបោកខ្លួនឯងឲ្យសប្បាយចិត្ត យើងនឹងអាចជូរចិត្តបានមួយពេល។ ដល់ពេលក្រោយទៀត ការកុហករបស់យើង នឹងកាន់តែពិបាក ព្រោះយើងឃើញភាពចោលម្សៀតរបស់ខ្លួនឯងកាន់តែច្បាស់ ជាពិសេសបើមនុស្សជុំវិញខ្លួនយើង ចាប់ផ្តើមមានភាពជោគជ័យក្នុងជីវិតទៀត។ យើងមិនអាចបោកខ្លួនឯងបានរហូតទេ ហេតុនេះបើឈប់បាន គួរតែឈប់ឲ្យបានមុនពេលអស់ផ្លូវដើរ។

បើមិនចូលចិត្តពាក្យថា “ចោលម្សៀត” កែខ្លួនចេញទៅ។ យើងអាចរកអ្វីមួយដែលយើងគិតថាសមនឹងយើង ហើយធ្វើវាឲ្យបានល្អជាងអ្នកដទៃទៅ គឺយើងលែងចោលម្សៀត។ បើយើងគិតថា មុខមាត់យើងសមតែមានលុយច្រើន ប្រឹងរកលុយឲ្យបានច្រើនជាងមនុស្សដែលយើងស្គាល់ទៅ គឺបានហើយ។

ការពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង

រឿងទីពីរ គឺពាក្យកុហកដែលគេបង្រៀនតគ្នា។ “ពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលខ្លួនមាន” ជាពាក្យពិរោះណាស់ ប៉ុន្តែជាដំបូន្មានអាក្រក់។ ការពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង ជាចំណុចបញ្ចប់នៃការរីកចម្រើន។ តើវាអាចទៅរួចដែរទេ ដែលគេបង្រៀនយើង

បែបនេះ ព្រោះខ្លាចយើងរីកចម្រើនជាងគេ? តើយើងមិនធ្លាប់សង្ស័យពីអ្វីដែលគេបង្រៀនយើងទេ?

អ្នកដែលនិយាយពាក្យនេះ ច្រើនតែជាអ្នកដែលមិនជឿពាក្យនេះ។ ពួកគេប្រាប់ថា "ពួកគេពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលគេមាន" ប៉ុន្តែពួកគេមិនដែលឈប់ធ្វើអ្វីដែលពួកគេកំពុងធ្វើនោះទេ។ ពួកគេកុហកខ្លួនឯង ដើម្បីបង្ហាញឲ្យអ្នកដទៃដឹងថា ពួកគេមានក្តីសុខក្នុងចិត្ត និងមិនចង់ឲ្យអ្នកដទៃដឹងថា ពួកគេជាមនុស្សមានមហិច្ឆតា។

តើអ្នកទាំងអស់គ្នាជឿដែរទេ ពេលមនុស្សជាត់ៗដែលនៅលើអ៊ីនធឺណេតនិយាយថាពួកគេពេញចិត្តនឹងរាងកាយរបស់ពួកគេ? មនុស្សជាត់ពេញចិត្តនឹងរាងកាយខ្លួនឯង? មែនក៏អី? ពួកគេកុហកខ្លួនឯងច្រើនជាង។ មនុស្សជាត់ពិបាកធ្វើចលនា ប្រឈមមុខនឹងជម្ងឺជាច្រើនមុខ ហើយត្រូវអ្នកដទៃរើសអើងទៀត។ គេឃើញអ្នកណាម្នាក់ជាត់ គេអាចវាយតម្លៃថា ម្នាក់នោះជាមនុស្សខ្ជិល និងមិនអាចគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបាត់ទៅហើយ។ យើងនាំគ្នារៀនកុហកតាមគ្នា រៀនពេញចិត្តតាមគ្នា តើបានអ្វីមកវិញ?

ពិភពលោកទាំងមូល ឈ្លក់វង្វេងនឹងទំនោរនៃការគិតវិជ្ជមាន ហេតុនេះពួកគេមើលលែងឃើញអ្វីជាបញ្ហាទៀតហើយ។ យើងយកតែរឿងជាត់មកវិភាគក៏អាចដឹងដែរ។ មនុស្សជាត់ មិនត្រឹមតែកុហកខ្លួនឯងថា ពួកគេពេញចិត្តនឹងរាងកាយរបស់គេទេ ថែមទាំងកុហកខ្លួនឯងទៀតថា អ្នកដទៃពេញចិត្តនឹងសាច់ដែលសុទ្ធតែខ្លាញ់របស់ពួកគេ។ ការជាត់ មិនគួរជាអ្វីដែលយើងទទួលស្គាល់ទេ។ វាធ្វើឲ្យមនុស្សអាយុខ្លី។ ហេតុអ្វីបានជាយើងនាំគ្នាបោកខ្លួនឯងពីរឿងនេះ?

យើងសាកគិតពីមូលហេតុនៃការបោកខ្លួនឯងវិញ។ ជាទូទៅ វាកើតឡើង នៅពេលយើងអស់ផ្លូវដើរ ហើយក៏សម្រេចចិត្តថា យកប៉ុណ្ណឹងបានហើយ។ អ្វី ដែលយើងចង់បាន អាចពិបាកពេក ឬមកពីយើងខ្ជិលពេក ហេតុនេះក៏បោក ខ្លួនឯងតែម្តង ដើម្បីឆាប់ចប់រឿង។ ជួនកាល ការធ្វើបែបនេះ អាចជួយដោះ សម្ពាធពីលើយើង តែពេលខ្លះវាបែរជានាំយើងឲ្យធ្វេសប្រហែសទៅវិញ។

នៅក្នុងការងារ បើសិនយើងពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលចេះ យើងនឹងមិនរៀនអ្វី ថ្មីទៀត ហើយមិនយូរទេ នឹងមានអ្នកដទៃដែលចេះជាង ឬដឹងច្រើនជាងយើង មកជំនួសកន្លែងយើងមិនខាន។ ក្នុងសម័យតិចណូឡូជី ការពេញចិត្តនឹង ចំណេះដឹងរបស់ខ្លួន មានមិនលើសពី១ខែទេ ព្រោះចំណេះដឹងនៅក្នុងផ្នែក នេះ ចេញមកថ្មីរហូត។

នៅក្នុងវិទ្យាសាស្រ្ត ចំណេះដឹងថ្មី ជាធនធានដ៏មានតម្លៃ។ បើអ្នកវិទ្យាសាស្រ្ត ពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលពួកគេមាន ហើយឈប់សួរសំណួរ ឈប់ពិសោធ ឬឈប់ ចែករំលែក តើពិភពលោកយើងនៅទៅជាយ៉ាងណា? យើងនឹងនៅជាប់គាំង ត្រឹមនេះរហូត។

នៅក្នុងស្នេហា បើយើងពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលខ្លួនយើងអាចធ្វើបាន មិនយូរទេ ដៃគូរបស់យើង នឹងអស់ចិត្តជាមួយយើងមិនខាន។ យើងត្រូវការភាពច្នៃ ប្រឌិត និងរកសកម្មភាពថ្មីធ្វើជាបន្តបន្ទាប់ ដើម្បីរក្សាទំនាក់ទំនង។ បើយើង យល់ថា ក្នុងមួយថ្ងៃ ចំណាយពេលនៅជាមួយគ្នា ត្រឹមតែ១ម៉ោង គឺគ្រប់គ្រាន់ ត្រៀមខ្លួនឲ្យហើយទៅ។ ក្នុងស្នេហា គ្មានពាក្យថាគ្រប់គ្រាន់ទេ។ យើងអាច គិតថា សម្រស់យើងប៉ុណ្ណឹង ចេះតែងខ្លួនប៉ុណ្ណឹង អាចរក្សាស្នេហាបាន ប៉ុន្តែ នៅពេលដែលវាលែងគ្រប់គ្រាន់ យើងនឹងបាត់បង់វា។

បើតាមឧទាហរណ៍ខាងលើ ការពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង ហាក់ដូចជាផ្លូវទៅរកភាពបរាជ័យច្រើនជាង។ បើយើងដឹងហើយ តើយើងនៅប្រើពាក្យកុហកនេះដើម្បីអ្វីទៀត? គ្រួសារក្រីក្រជាច្រើន អាចមានឱកាសមានបានជាងអ្វីដែលពួកគេមាន ប៉ុន្តែត្រូវរាំងស្ទះ នៅពេលពួកគេប្រាប់ខ្លួនឯងថា "ប៉ុណ្ណឹងគ្រប់គ្រាន់ហើយ"។ ពួកគេដឹងថា លុយមានច្រើនទៀត ហើយពួកគេក៏អាចយកវាបានដែរ ប៉ុន្តែដោយសារការបោកខ្លួនឯង ទើបពួកគេលែងខ្វល់។ ពេលនិយាយប៉ះដល់លុយ ត្រូវចាំថា "វាមិនចេះគ្រប់ទេ" ព្រោះតម្លៃលុយធ្លាក់ចុះរហូត ហើយបើសិនជាមានវិបត្តិសេដ្ឋកិច្ចទៀត លុយដែលយើងមាន នឹងអស់តម្លៃ។

Iron man ជាមហាសេដ្ឋីតិចណូឡូជីម្នាក់ ដែលប្រើប្រាស់អ្វីដែលគាត់មានដើម្បីការពារសុវត្ថិភាពពិភពលោក។ ក្រោយពេលមានការឈ្លានពានពីពិភពខាងក្រៅមក Tony Stark ដឹងថាអ្វីដែលគាត់មាន មិនគ្រប់គ្រាន់នឹងទប់ទល់និងធ្វើសង្គ្រាមជាមួយពួកនោះទេ។ គាត់ព្យាយាមបង្កើតតិចណូឡូជីថ្មីៗ និងស្វែងរក hero ផ្សេងទៀតមកចូលជាមួយ Avengers ដើម្បីការពារជាមុន។ នៅក្នុង Infinity War ខ្លួនប្រាណរបស់ Tony ស្ទើរតែក្លាយជាទៅមនុស្សយន្តទៅហើយ។ Nano Tech ដែលគាត់ដាក់ក្នុងរាងកាយគាត់ អាចឲ្យបង្កើតជាអាវុធបានក្នុងពេលខ្លី ដែលជាប្រយោជន៍ដ៏ធំក្នុងការប្រយុទ្ធគ្នា។

បើតាមការពន្យល់របស់ Jordan Peterson យើងមិនគួរពេញចិត្តជាមួយអ្វីដែលយើងកំពុងមានទេ ប៉ុន្តែយើងគួរតែពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលអាចយើងធ្វើបានថែមទៀត។ ការពន្យល់បែបនេះ មិនប្រាប់យើងឲ្យក្លាយជាមនុស្សមិនសប្បាយចិត្តនឹងខ្លួនទេ ប៉ុន្តែបើកភ្នែកយើងឲ្យមើលឃើញពីអ្វីដែលយើងអាចធ្វើបាន។ ពាក្យបច្ចេកទេស ហៅថា មើលឃើញសក្តានុពលរបស់ខ្លួនឯង។

យើងមិនគួរពេញចិត្តនឹងប្រាក់ខែប៉ុន្មានសន្លឹករបស់យើងទេ យើងគួរតែរកវិធីធ្វើឲ្យប្រាក់ខែ ក្លាយជាប្រាក់ចំណេញ។ តើនេះមិនមែនជាគន្លឹះជោគជ័យរបស់អ្នកធ្វើជំនួញទេឬ? ពួកគេមិនពេញចិត្តនឹងការធ្វើការងារឲ្យគេ ទើបពួកគេបង្កើតមុខរបរខ្លួនឯង? ពួកគេមិនពេញចិត្តនឹងស្ថានភាពជីវិតរបស់គេ ទើបពួកគេប្រឹងកែវា។

ឈប់កុហកខ្លួនឯង ថាពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលយើងមានទៀតទៅ ព្រោះនេះមិនមែនជាផ្លូវទៅរកភាពជោគជ័យទេ។ ការពេញចិត្តនឹងអ្វីដែលខ្លួនមាន ធ្វើឲ្យយើងមានក្តីសុខ តែសុខមិនបានយូរទេ។ ក្តីសុខ មិនល្អដូចការរំភើបពេលយើងធ្វើអ្វីថ្មីបានទេ។

មនុស្សល្អ និងមនុស្សអាក្រក់

ពាក្យកុហកចុងក្រោយដែលយើងប្រើ គឺយើងគិតថាខ្លួនយើងជាមនុស្សល្អ។ តើយើងអាចដឹងដោយរបៀបណាថាយើងជាមនុស្សល្អ ឬអាក្រក់? យើងមិនអាចនិយាយឲ្យច្បាស់ពីមាត់បានទេ ព្រោះការបែងចែកល្អ និងអាក្រក់របស់មនុស្ស ជារឿងពិបាកជាងគេ។

មនុស្សមិនអាចល្អគ្រប់ដប់ ដោយគ្មានភាពអាក្រក់សោះទេ។ មនុស្សអាក្រក់ក៏មិនអាចអាក្រក់គ្រប់ដប់ដែរ ព្រោះក្នុងចិត្តគេតែងតែមានភាពល្អលាយឡំគ្នាខ្លះ។ យើងមិនទាន់បញ្ចេញភាពអាក្រក់របស់ខ្លួនឯង និងមិនហ៊ានធ្វើរឿងអាក្រក់ មិនបានន័យថាយើងជាមនុស្សល្អទេ។

បណ្តាញសង្គមហ្វេសប៊ុក ជាកន្លែងបង្កើតយុវជនក្លាហាននៅស្រុកខ្មែរជាច្រើន។ បើយើងតាមដានអ្វីដែលពួកគេនិយាយ យើងនឹងដឹងថា ពួកគេគិតថាខ្លួនឯងជាមនុស្សល្អ ឬឈរនៅខាងអំពើល្អគ្រប់ពេល ប៉ុន្តែជាតុពិត គ្មាន

អ្នកណាដឹងទេ។ សូម្បីតែពួកគេក៏មិនដឹងថាខ្លួនឯង ជាមនុស្សល្អ ឬអាក្រក់ដែរ។ គ្មានអ្នកណាចង់គិតថាខ្លួនឯងអាក្រក់ទេ ហេតុនេះទើបរាល់ពេលដែលយើងស្តាប់អ្នកណានិយាយក៏ដោយ ពួកគេជាតួចិត្តល្អរហូត។

ហ្វេសប៊ុក ជាកន្លែងដែលយើងកុហកគ្នាទៅវិញទៅមក។ វាប្រៀបដូចជាពិភពមួយដែលផ្ទុយពីការពិត។ ខ្ញុំឃើញនាយករដ្ឋមន្ត្រី រួមតុបាយជាមួយកម្មការនីកាត់ដេរ និងសើចស្ទេញដាក់គ្នា។ ខ្ញុំឃើញមនុស្សមិនដែលចូលសាលា ក្លាយជាអ្នកប្រាជ្ញ។ ខ្ញុំឃើញគេយំសោក និងឈ្លោះគ្នា ព្រោះមនុស្សដែលគេមិនធ្លាប់ស្គាល់ឆាប់ស្លាប់ពេក។ យើងមិនត្រឹមតែកុហកអ្នកដទៃទេ យើងក៏កុហកខ្លួនឯងដែរ។ យើងជឿគ្រប់យ៉ាងដែលយើងធ្វើនៅលើហ្វេសប៊ុក ថាវាជាអំពើល្អ ព្រោះយើងជាមនុស្សល្អ។ យើងមិនមែនជាមនុស្សល្អទេ ដូច្នេះសូមកុំប្រទូំខ្លួនឯង។ យើងអាចធ្វើរឿងល្អច្រើនជាងរឿងអាក្រក់ តែយើងមិនមែនជាមនុស្សល្អទេ។

បើយើងមិនមែនជាមនុស្សល្អ តើយើងជាមនុស្សអាក្រក់មែនដែរទេ? ក៏មិនមែនដែរ។ យើងគឺជាមនុស្ស។ យើងអាចធ្វើបានទាំងរឿងល្អ និងរឿងអាក្រក់ អ្វីដែលសំខាន់ គឺកាលៈទេសៈ។ បើយើងស្ថិតក្នុងស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ ឬគ្រួសាររបស់យើងត្រូវគេគម្រាមកំហែង យើងអាចនឹងក្លាយជាឃាតករផងក៏ថាបាន។ ភាពល្អ និងអាក្រក់ មិនទៀងទេ។ អ្នកខ្លះអាចល្អជាមួយគ្រួសាររបស់គេ ប៉ុន្តែទុកអ្នកដទៃដូចសត្វជាតុ។ អ្នកខ្លះទៀតល្អជាមួយអ្នកដទៃ តែទុកគ្រួសារខ្លួនឯងដូចអ្នកទោស។

ខ្ញុំបានទទួលពាក្យណែនាំពីអ្នកនយោបាយចាស់ដែលមិនល្បីឈ្មោះម្នាក់។ គាត់ប្រាប់ខ្ញុំថា “គ្មានអ្នកណាស្លូតទេ ក្នុងលោកនេះ គ្រាន់តែមិនទាន់ដល់

ពេលគេកាចប៉ុណ្ណោះ”។ តើគាត់និយាយត្រូវបានប៉ុន្មានភាគរយ? អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចគិតដោយខ្លួនឯងបាន។

ឥលូវយើងសាកមើល hero របស់យើងវិញ ហើយគិតទាំងអស់គ្នាតើពួកគេជាមនុស្សល្អ ឬមនុស្សអាក្រក់។

Batman បង្ក្រាបឧក្រិដ្ឋកម្ម និងលុបបំបាត់ភាពពុករលួយក្នុងជួរប៉ូលីស។ ការជួយបែបនេះគឺល្អ ប៉ុន្តែក្រោយពេល Batman ចេញធ្វើសកម្មភាព ក្រុមមនុស្សអាក្រក់ ក៏កាន់តែប្រើអាវុធទំនើប និងល្បិចកលខ្ពស់ជាងមុន។ Batman បង្កើតភាពរឹករវរកាន់តែខ្លាំងជាងមុន។ Batman មិនដាច់ចិត្តទុកឲ្យ Ra's al Ghul ស្លាប់ ហេតុនេះក៏មានការសងសឹកគ្នាកើតឡើង។ ប្រជាជនក្នុងក្រុងទាំងអស់ ត្រូវថ្នាំពុលក្នុងទឹកគ្រប់គ្នា។ ក្រោយមក Joker ចង់បំផ្ទុះកប៉ាល់ដែលដឹកមនុស្សពេញពីរគ្រឿង ដើម្បីបង្ហាញ Batman ថា នៅក្នុងជម្រៅចិត្តមនុស្ស គឺអាក្រក់គ្រប់គ្នា។ ក្រោយមកទៀត Talia ដែលជាកូនស្រីរបស់ Ra's al Ghul បានរៀបចំគ្រាប់បែកដើម្បីសម្លាប់មនុស្សក្នុងក្រុង និងសងសឹកឲ្យឪពុករបស់ខ្លួន។

អ្វីដែល Batman ធ្វើក្នុងគោលបំណងល្អ បែរជានាំគ្រោះថ្នាក់ច្រើនជាងទៅវិញ។ ស្រីដែល Batman ស្រលាញ់ក៏ត្រូវស្លាប់។ ទ្រព្យសម្បត្តិរបស់គ្រួសារ Wayne ក៏ត្រូវគេរឹបអូសយក។ អ្នកបម្រើចាស់បំផុតរបស់គ្រួសារនេះ ក៏ត្រូវ Batman ដេញចេញទៀត។ គោលបំណងល្អ តែលទ្ធផលអាក្រក់ តើយើងអាចហៅគាត់ថាជាមនុស្សល្អបានដែរទេ?

ចំណែក Iron man បង្កើត Avengers ឡើងមកដើម្បីការពារមនុស្ស។ តាមពិតមិនមែនការពារទាំងអស់ទេ គឺការពារតាមលទ្ធភាពដែលអាចទៅរួច។ ក្នុង Age of Ultron ក្រោយការជួយ Sokovia Avengers បង្កផលប៉ះពាល់

យ៉ាងខ្លាំងដល់អ្នកដែលខាងក្រោម។ មនុស្សស្លាប់យ៉ាងច្រើន ដែលក្រោយមកគ្រួសាររបស់អ្នកស្លាប់ បានតាមសងសឹក Avenger។ ការសងសឹកនោះដែរ ក៏ធ្វើឲ្យមានមនុស្សស្លាប់កាន់តែច្រើនថែមទៀត។ Iron man ចង់ឲ្យរឿងនេះមានដំណោះស្រាយ ក៏សម្រេចដាក់ Avengers ក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់រដ្ឋាភិបាល។ Captain America មិនឯកភាពជាមួយ Iron man ក៏ធ្វើឲ្យបែកបាក់ក្រុម។

Iron man ក៏មិនខុសពី Batmanដែរ បង្ករឿង ដោយមានបំណងល្អ។ តើ Iron man ជាមនុស្សល្អដែរទេ? ពិបាកថាណាស់ ព្រោះ Iron man សម្លាប់មនុស្សក៏មិនតិចដែរ។ បើយើងជាអ្នកដែលឲ្យតម្លៃលើជីវិតមនុស្ស យើងច្បាស់ជាវាយតម្លៃ Iron man ថាជាឃាតករមិនខាន។

បើយើងកុហកខ្លួនឯងថា ជាមនុស្សល្អ នៅពេលមានរឿងអ្វីមួយកើតឡើង ហើយយើងធ្វើការសម្រេចចិត្តអាក្រក់ យើងនឹងបន្ទោសខ្លួនឯងរហូត។ ហេតុអ្វីក្រោយពេលទាហានត្រលប់មកពីសមរភូមិវិញ ពួកគេមានបញ្ហា PTSD? គឺព្រោះពួកគេមិនធ្លាប់គិតថាខ្លួនឯងអាចលើកដៃសម្លាប់មនុស្សបាន។ មិនមែនត្រឹមតែសម្លាប់មនុស្សទេ នៅក្នុងសមរភូមិ គេអាចធ្វើរឿងគ្រប់យ៉ាងដើម្បីឈ្នះ។ ពួកគេជឿថាខ្លួនឯងជាមនុស្សល្អ ហើយអ្វីដែលពួកគេធ្វើគឺដើម្បីជាតិ និងការពារមនុស្សដែលគេស្រលាញ់។ ប៉ុន្តែពេលត្រលប់មកវិញ ការចងចាំរបស់គេក្នុងសង្គ្រាមនឹងតាមលងបន្លាចគេគ្រប់ពេល។ ពួកគេបែរជាខ្លាចខ្លួនឯង ហើយគេចពីអ្នកដទៃ។

ឈប់កុហកខ្លួនឯងទៀតទៅ យើងមិនមែនជាមនុស្សល្អទេ ហើយយើងក៏មិនមែនជាមនុស្សអាក្រក់ដែរ។ យើងជាមនុស្ស ហេតុនេះយើងអាចធ្វើរឿងល្អ ហើយក៏អាចធ្វើរឿងអាក្រក់ដែរ។

Carl Jung ដែលជាអ្នកចិត្តវិទ្យាដ៏មានឥទ្ធិពលម្នាក់ បានផ្តល់យោបល់ឲ្យយើងគ្រប់គ្នាឲ្យស្វែងយល់ពីផ្នែកអាក្រក់របស់យើង ហើយគ្រប់គ្រងវាឲ្យបាន ព្រោះវាធ្វើឲ្យយើងរឹងមាំជាងមុន។ ទស្សនៈមួយលើកឡើងថា “នៅពេលយើងធំឡើង យើងនឹងលែងអើតមើលក្រោមគ្រែដើម្បីរកព្រលឹងអាក្រក់ទៀតហើយ ព្រោះព្រលឹងអាក្រក់មិននៅក្រោមគ្រែទេ តែនៅក្នុងខួរក្បាលរបស់យើង។

អ្នកណាក៏អាចក្លាយជាឃាតករបានដែរ។ អ្នកណាក៏អាចក្បត់ទំនុកចិត្តគេបានដែរ។ អ្នកណាក៏អាចធ្វើឲ្យអ្នកដទៃរងទុក្ខបានដែរ។ អ្នកណាក៏អាចលង់នឹងអំណាចបានដែរ។ អ្វីដែលសំខាន់ គឺកាលៈទេសៈប៉ុណ្ណោះ? រាល់ពេលដែលខ្ញុំមើលគេរិះគន់ ឬជេរប្រមាថអ្នកនយោបាយ ខ្ញុំតែងតែគិតថា បើសិនជាអ្នកជេរទាំងអស់នេះ ក្លាយជាអ្នកនយោបាយ តើពួកគេនឹងធ្វើអ្វីខ្លះឲ្យខុសពីមនុស្សដែលពួកគេធ្លាប់ជេរ? តាមមើលទៅ ប្រហែលជាមិនខុសគ្នាច្រើនទេមើលទៅ។

តើយើងធ្លាប់ចង់យកជីវិតអ្នកណាដែរទេ? តើយើងធ្លាប់ចង់ក្បត់អ្នកណាដែរទេ? តើយើងធ្លាប់មើលងាយគេទេ? តើយើងធ្លាប់បំផ្លាញ ទ្រព្យរបស់អ្នកដទៃដែរទេ? តើយើងធ្លាប់មានគំនិតអាក្រក់អ្វីខ្លះ? ទាំងអស់នេះជាសំណួរដែលយើងគួរសួរខ្លួនឯង ហើយស្វែងយល់ពីវា។ យើងមិនអាចគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបានទេ បើយើងមិនស្គាល់ច្បាស់ពីភាពអាក្រក់របស់ខ្លួនឯង។

យើងមិនបាច់ប្រាប់អ្នកដទៃក៏បានដែរ ព្រោះគ្មានអ្នកណាខ្វល់ទេ។ យើងគ្រាន់តែដឹងពីខ្លួនឯងទៅបានហើយ។ បើយើងដឹងថា យើងអាចធ្វើរឿងអាក្រក់អ្វីបានខ្លះ យើងនឹងដឹងថា ខ្លួនយើង ក៏ជាមនុស្សគ្រោះថ្នាក់ដែរ។ ដរាបណាយើងដឹងថា យើងជាមនុស្សគ្រោះថ្នាក់ ឬយើងអាចចាត់ការអ្នកដទៃបាន ទើបយើងអាចគោរពខ្លួនឯងបាន។ យើងគោរពខ្លួនឯង ព្រោះយើងអាចគ្រប់គ្រង

ខ្លួនឯង ពីការធ្វើរឿងទាំងនោះបាន។ ពាក្យមួយឃ្លាដែលយើងគួរតែចាំគឺ "យើងអាចគោរពខ្លួនឯងបាន កាលណាយើងដុះចង្កូម"។

មនុស្សល្អ និងមនុស្សទន់ជ្រាយ

បើក្រោយពេលយើងសួរខ្លួនឯងរួចហើយ ស្រាប់តែឃើញថា អ្វីក៏យើងមិនអាចធ្វើបានដែរ នោះមិនបានន័យថា យើងជាមនុស្សល្អទេ។ យើងគ្រាន់តែជាមនុស្សទន់ជ្រាយម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ ហើយមនុស្សទន់ជ្រាយ អាចនាំគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកនៅជុំវិញខ្លួនគ្រប់ពេល ដូច្នេះពួកគេ មិនអាចជាមនុស្សល្អបានទេ។

មនុស្សទន់ជ្រាយ គិតថា ការខ្លាចរបស់ខ្លួនឯងជាគុណធម៌របស់ពួកគេ។ ពួកគេ ដឹងថាខ្លួនឯងទន់ជ្រាយ ប៉ុន្តែមិនហ៊ានទទួលស្គាល់ ហេតុនេះទើបលួងខ្លួនឯងឲ្យសប្បាយចិត្ត។

សត្វទន្សាយ មិនអាចធ្វើអ្វីគោបានទេ តើនេះបានន័យថា សត្វទន្សាយ ជាសត្វល្អមែនទេ? មិនមែនទេ។ វាជាសត្វទន់ខ្សោយ។ ទន្សាយអាចខាំដៃមនុស្សបាន បើវាមិនពេញចិត្ត តែវាមិនហ៊ានក្អកជាមួយគោទេ ព្រោះវាដឹងខ្លួនថាវាខ្សោយជាងគោ។ ភាពទន់ជ្រាយ ជាចំណុចខ្សោយរបស់មនុស្ស មិនមែនបញ្ជាក់ថាមនុស្សនោះល្អ ឬអត់ទេ។

ឧទាហរណ៍មួយទៀត៖ បើយើងឈ្លោះគ្នាជាមួយអ្នកណាម្នាក់ ហើយយើងមានកាំភ្លើងនៅជាប់ខ្លួន។ ពេលនោះ យើងមិនបានដកកាំភ្លើងចេញមកទេ គឺយើងឈរនិយាយធម្មតា។ យើងអាចដកកាំភ្លើងបាញ់គេបានគ្រប់ពេល តែយើងមិនធ្វើ តើនេះបញ្ជាក់ថា យើងជាមនុស្សល្អដែរទេ? ក៏អត់ដែរ។ វាបានន័យថា យើងអាចគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបានល្អប៉ុណ្ណោះ។ យើងដឹងច្បាស់ថា

ក្រោយពេលបាញ់ហើយ នឹងមានអ្វីកើតឡើងមកលើយើង។ យើងគ្រប់គ្រងសកម្មភាពរបស់យើងបាន បញ្ជាក់ថាយើងរឹងមាំ និងចេះត្រៀមខ្លួន។

មនុស្សដែលធ្វើអ្វីមិនកើត មិនមែនជាមនុស្សល្អទេ។ ពួកគេគ្រាន់តែមិនអាចធ្វើបានប៉ុណ្ណោះ។

គោលការណ៍ទី៦ ជាគោលការណ៍ធំក្នុងសៀវភៅ។ បើយើងមិនកុហកខ្លួនឯង យើងនឹងមើលឃើញការពិតកាន់តែច្រើន។ ការពិតភាគច្រើន ត្រូវយើងគ្រវាសចេញ ព្រោះយើងមិនចូលចិត្ត និងមិនអាចទទួលវាបានប៉ុណ្ណោះ។ ស៊ូមិនសប្បាយចិត្តជាមួយការពិត ល្អជាងប្រឌិតរឿងបោកខ្លួនឯងរាល់ថ្ងៃ។

សម្រាប់អ្នកដទៃ យើងចង់កុហកយ៉ាងម៉េច ក៏កុហកទៅ តែត្រូវចាំថា គេអាចនឹងបាត់ទំនុកចិត្តលើយើង ពេលគេដឹងថាយើងកុហកគេ។ ការកុហក មិនមែនជាអំពើបាបអ្វីទេ ហើយអ្នកទាំងអស់គ្នាក៏មិនចុះនរកដោយសារនិយាយកុហកដែរ។ យោបល់ល្អបំផុតដែលខ្ញុំអាចឲ្យបាន គឺ កុហកមនុស្សដែលមិនសមនឹងនិយាយត្រង់ជាមួយ ហើយកុហកឲ្យបានល្អបំផុត។ សម្រាប់មនុស្សដែលយើងមិនគួរកុហក កុំកុហក។

ទំព័រចុងក្រោយ

អ្នកទាំងអស់គ្នាអានចប់សៀវភៅមួយក្បាលទៀតហើយ តើមានអ្វីខុសប្លែកដែរទេ? បើគ្មានទេ ក៏មិនចម្លែកដែរ ព្រោះជាទូទៅ ការអានសៀវភៅមិនជះឥទ្ធិពលអ្វីច្រើនទេ។ យើងមិនអាចអានចប់ភ្លាម ដឹងថាត្រូវធ្វើអ្វីភ្លាមទេ ប៉ុន្តែបើយើងចំណាយពេលគិត យើងនឹងឃើញភាពខុសប្លែកបន្តិចម្តង។

គោលការណ៍ទាំង៦នេះ ប្រៀបដូចជាសីល៦របស់ខ្ញុំ។ វាអាចនាំខ្ញុំទៅរកអ្វីដែលខ្ញុំចង់បាន ហើយវាក៏អាចនាំអ្នកអានទៅរកអ្វីដែលចង់បានដូចគ្នា។ អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចយកទៅប្រើបាន ដោយមិនចាំបាច់គោរពបូជាអ្នកណា។ ចំណេះដឹងទាំងអស់ក្នុងសៀវភៅនេះ ជាកម្មសិទ្ធិរបស់អ្នកអានទាំងអស់គ្នា តែស្នាដៃសៀវភៅនេះជារបស់ខ្ញុំ។ បើពេញចិត្តគោលការណ៍ណា យកទៅប្រើតាមចិត្តចុះ។

បើចង់អានស្នាដៃផ្សេងទៀតរបស់ខ្ញុំ អាចរកអានបានតាមរយៈវេបសាយ www.houtsengkea.com ឬតាមផេកហ្វេសប៊ុករបស់ខ្ញុំដែលតែងតែមានការផុសថ្មីៗជាប្រចាំ។