សិល្បៈវិធីក្នុងការនិយាយ

សាងខ្លួនឯងដោយការចេះប្រើពាក្យសម្ដី
បង្កើនចំណងមេត្រី មិត្តភាព ក្ដីស្រឡាញ់
ហ្វឹកហាត់សន្ទនាឱ្យមានប្រយោជន៍
ទម្លុះទម្លាយឧបសគ្គក្នុងការចរចា

គឹម ចាន់ណា

រៀបរៀង

សិល្បៈវិធីក្នុងការនិយាយ

រៀបរៀងដោយ : គឹម ចាន់ណា

ពិនិត្យ ផ្ទៀងផ្ទាត់ : ឯកឧត្ដម ស៊ឹម វណ្ណា - បណ្ឌិត ខៀវ កុសល

សហការីផ្ទៀងផ្ទាត់ : គង់ រង្សី - ឃី សុលីយ៉ា - ឆស់ យុន

រចនាក្រប : គឹម ហាលីដា

លេខ ISBN-13 : 978 – 99950 – 922 – 6 – 9

បោះពុម្ពលើកទី៧ ខែសីហា ឆ្នាំ ២០១១

រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាង។ ជនល្មើសដែលយកផ្នែកណាមួយនៃសៀវភៅនេះទៅផលិត ឬថតចម្លងធ្វើអាជីវកម្មដោយគ្មានការអនុញ្ញាតពីម្ចាស់កម្មសិទ្ធិ អ្នកនោះនឹងត្រូវប្រឈមចំពោះមុខច្បាប់។

អាសយដ្ឋានចែកចាយ : ផ្ទះលេខ៧៨ ផ្លូវ២០២ សង្កាត់ទឹកល្អក់៣ ភ្នំពេញ។

សម្រាប់អតិថិជនជាវដុំ យើងខ្ញុំនឹងផ្ញើជូនដល់កន្លែងនៅទូទាំងប្រទេស។

ទូរស័ព្ទទាក់ទង : *013 706 262, 016 344 534*

016 988 837, 013 885 958.

គេហទំព័រ www.mindbooks.com.kh

ការចងចាំ

អាចប្រើប្រាស់បានចំពោះអ្វីដែលអ្នកធ្លាប់ដឹងមកហើយប៉ុណ្ណោះ។

ភាពឈ្លាសវៃ

គឺសមត្ថភាពឆ្លើយតបទៅនឹងព្រឹត្តិការណ៍ថ្មី មិនធ្លាប់ដឹងពីមុន

ដែលកើតមានក្នុងជីវិតរបស់អ្នក។

អូស្សូ – OSHO

ទស្សនវិទូឥណ្ឌា

មតិផ្ដើមអ្នករៀបរៀង

មនុស្សគ្រប់រូបតែងប្រាថ្នាចង់ឲ្យខ្លួនបានទទួលអ្វីល្អៗក្នុងជីវិត ចង់ឲ្យមានសម្រស់ដូចនាងវិសាខា ចង់មានបញ្ញាដូចព្រះមហោសថ ចង់ឲ្យមានទ្រព្យសម្បត្តិដូច ប៊ីលហ្គេត ចង់ឲ្យមានអំណាចដូច អ៊ីទ្លែរ ជាដើម។

ប៉ុន្តែអ្វីដែលយើងប្រាថ្នាវាគ្រាន់តែជាចំណុចចាប់ផ្ដើមមួយប៉ុណ្ណោះ ហើយក្ដីប្រាថ្នាខ្លះ វាអាចប្រែប្រួលទៅតាមពេលវេលា ទៅតាមការសិក្សា ការសេពគប់ ឬទៅតាមវិចារណញ្ញាណរបស់មនុស្សម្នាក់ៗផងដែរ។

ដើម្បីដើរទៅរកក្ដីប្រាថ្នារបស់ខ្លួន មនុស្សម្នាក់ៗត្រូវមានដើមទុន។ ដើមទុននោះ មិនមែនជាលុយកាក់ឬទ្រព្យសម្បត្តិអ្វីទេ តើជាអ្វីទៅវិញ?

“**សម្ដី**” គឺជាដើមទុនមួយក្នុងចំណោមដើមទុនទាំងបី “**ការធ្វើ ការនិយាយ និងការគិត**” ដែលចាស់ៗតែងនិយាយថា “**កាយ វាចា និងចិត្ត**” នោះឯង។ ទុនទាំងបីយ៉ាងនេះ យើងអាចហ្វឹកហាត់ឲ្យវាកាន់តែប្រសើរបាន ទៅតាមបទពិសោធន៍ និងតាមវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗ។

“**សម្ដីជាឯក លេខជាទោ**” គឺជាហេតុផលមួយដែលបង្ហាញថា សម្ដី មានសារៈសំខាន់ជាខ្លាំងសម្រាប់ជីវិតមនុស្សម្នាក់ៗ។

សម្ដីធ្វើឲ្យមនុស្សមានសិរីសួស្ដីឬអពមង្គល
សម្ដីធ្វើឲ្យមនុស្សមានកម្លាំងចិត្តឬបាក់ទឹកចិត្ត
សម្ដីធ្វើឲ្យមានសង្គ្រាមឬសន្តិភាព
សម្ដីធ្វើឲ្យមនុស្សលិចឬអណ្ដែត
សម្ដីធ្វើឲ្យមនុស្សទទួលជោគជ័យឬបរាជ័យ...
ហេតុនេះ តើយើងអាចមិនយកចិត្តទុកដាក់អំពីសម្ដីបានដែរឬទេ?

ការចេះប្រើសម្ដីឲ្យមានប្រយោជន៍ ជាប្រការសំខាន់ដែលមនុស្សយើងគ្រប់គ្នាមិនអាចបដិសេធបានឡើយ។ អ្នកដែលចេះប្រើពាក្យសម្ដីបានល្អ ទោះបីជាទៅដល់ទីណា ជួបអ្នកណា ធ្វើការងារអ្វីៗ គេតែងមានអ្នករាប់រកស្វាគមន៍ និងជួយឈឺឆ្អាលជ្រោមជ្រែងគ្រប់ពេលវេលា។

សម្ដី មិនពិបាកឲ្យលោកអ្នកត្រូវចំណាយអ្វីច្រើនប៉ុន្មានទេ។ តែអ្វីដែលលោកអ្នកបានទទួលពីការចេះប្រើសម្ដី វាច្រើនហួសពីការស្មាន និងព្រមទាំងជួយឲ្យជាកជីវិតរបស់អ្នកនិងមនុស្សជុំវិញអ្នក បានរីកស្រស់បំព្រង ប្រកបដោយមេត្រីភាពនិងក្ដីសុខដុមរមនា។

លោកអ្នកអាចនឹងយល់ឃើញថា "**ការនិយាយ**" **គឺជារឿងធម្មតា** ឲ្យតែចេះភាសា អ្នកណាក៏និយាយបានដែរ។ រឿងនេះខ្ញុំមិនហ៊ានជំទាស់ទេ ប៉ុន្តែ **ការប្រើសម្ដីឱ្យបានល្អ** វាមិនមែនជារឿងងាយដូចដែលលោកអ្នកគិតនោះឡើយ។ ការដែលមនុស្សម្នាក់ៗសម្ដែងឥរិយាបថរបស់ខ្លួនចំពោះអ្នកដទៃ ឬចំពោះរឿងរ៉ាវផ្សេងៗឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ក្នុងសង្គមដែលមានបែបបទស្មុគស្មាញដូចសព្វថ្ងៃនេះ អ្នកចាំបាច់ត្រូវរៀនស្វែងយល់ពី "**វិធីនិយាយ**" ដើម្បីធ្វើឲ្យមនុស្សគ្រប់ប្រភេទមានការពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង ព្រមទាំងមើលមកអ្នកនិយាយដោយក្រសែភ្នែកកោតសរសើរនិងស្ញប់ស្ញែង។ បើមិនមានវិធីល្អៗយកមកនិយាយទេ កិច្ចការដែលអ្នកធ្វើ វាអាចនឹងឈានទៅរកភាពទ័លច្រកបាន។

សៀវភៅ "**សិល្បវិធីក្នុងការនិយាយ**" នេះបានបង្ហាញពីវិធីផ្សេងៗ យ៉ាងសម្បូរបែប ឲ្យលោកអ្នកយកសម្ដីទៅប្រើជាទឹកអម្រិតសម្រាប់ប្រោះព្រំឲ្យមានអ្វីល្អៗកើតឡើង ឬអាចយកមកប្រើជាអាវុធការពារខ្លួនយើងផង ហើយម្យ៉ាងទៀត ក៏ដើម្បីជួយឲ្យយើងចេះប្រើវាយ៉ាងណា កុំឲ្យសម្ដីក្លាយទៅជាអាវុធធ្វើឲ្យអ្នកដទៃឈឺចាប់ដោយពុំមានការចាំបាច់ផងដែរ។

“**សិល្បវិធីក្នុងការនិយាយ**” បានបង្ហាញនូវបទពិសោធន៍ផ្សេងៗ ដែលមនុស្សជាច្រើនធ្លាប់ជួបប្រទះ ដើម្បីជួយជាគន្លឹះដល់លោកអ្នក ក្នុងការធ្វើយ៉ាងណាឲ្យ“**ពាក្យសម្ដី**”របស់យើង ជ្រាបចូលទៅ**ក្នុងជម្រៅចិត្តមនុស្ស** ដើម្បីទម្លុះគោលដៅ ឲ្យអ្នកដទៃយល់ស្របនិងគាំទ្រដល់គំនិតរបស់ខ្លួន ព្រមទាំងជាយុទ្ធវិធីក្នុងពេលពិពណ៌នាឬធ្វើអត្ថាធិប្បាយផ្សេងៗផងដែរ។

ខ្ញុំសង្ឃឹមថា សៀវភៅនេះនឹងជួយបន្ថែមល្បាយដ៏មានរសជាតិទៅលើអ្វីល្អៗដែលលោកអ្នកមានស្រាប់ ឲ្យកាន់តែបានភ្លឺស្រឡះ កាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព ធ្វើឲ្យបញ្ញាពិចារណារបស់លោកអ្នក ឈានសន្សឹមៗទៅរកភាពជាមនុស្សពេញលេញ ជាកម្លាំងដ៏រឹងមាំរបស់សង្គមជាតិ។

សូមថ្លែងអំណរគុណដ៏ជ្រាលជ្រៅចំពោះបណ្ដាមិត្ត

អេង ឈាគី - តែ ឡេង - លឹម ម៉េងលាង - យិន កំឈួង ដែលបានជួយគាំទ្រឲ្យដំណើរការផលិតសៀវភៅរបស់យើងខ្ញុំ អាចឈរជើងនិងអាចទ្រាំទ្របានបន្តិចម្ដងៗ ក្នុងស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ចដ៏លំបាកដូចសព្វថ្ងៃ។

សូមថ្លែងអំណរគុណដោយសុទ្ធចិត្តដល់អស់លោកអ្នកអានគ្រប់រូប ដែលបានជួយគាំទ្រស្នាដៃយើងខ្ញុំ ឲ្យបានបម្រើប្រយោជន៍ដល់អស់លោកអ្នក និងបងប្អូនជនរួមជាតិជាបន្តទៅមុខទៀត។

ភ្នំពេញ ថ្ងៃទី២៣ ខែមីនា ឆ្នាំ២០០៩

គឹម ចាន់ណា (Moch)

“ចិត្ត ឬ បេះដូង” គឺជាចៅហ្វាយ
ឯ “ការគិត ឬ ខួរក្បាល” គឺជាអ្នកបម្រើ។
ការបណ្ដោយឱ្យខួរក្បាល[១] ធ្វើជាចៅហ្វាយ
ដោយបំភ្លេចនូវអ្វីៗដែលទាក់ទងនឹងបេះដូង[២]
នោះ គឺជាភាពល្ងង់ខ្លៅ។

(ក្ដីស្រឡាញ់ ក្ដីមេត្តាករុណានឹងជួយគ្រប់គ្រងយើងឲ្យប្រព្រឹត្តអ្វីៗ
ប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណ។)

☆☆☆

---

(១) ខួរក្បាល : ជាអ្នកបញ្ជាលើការប្រព្រឹត្តផ្សេងៗ មិនថាជាអំពើល្អឬអាក្រក់។
(២) បេះដូង : ចិត្ត សតិសម្បជញ្ញៈ វិចារណញ្ញាណ ក្ដីស្រឡាញ់ ក្ដីមេត្តាករុណា។

មាតិកា ទំព័រ

១.	“រាក់ទាក់” បង្កើនភាពស្និទ្ធស្នាល	*11*
២.	ដាក់ខ្លួនដាក់កាយ	*17*
៣.	ពូកែស្តាប់ ទើបពូកែនិយាយ	*25*
៤.	ភាសា “កាយវិការ”	*35*
៥.	សម្តីបើកចំហ	*39*
៦.	បើនិយាយខុស ត្រូវកែសម្រួលភ្លាម	*43*
៧.	ប្រែសត្រូវឱ្យក្លាយជាមិត្ត	*53*
៨.	វិធីលើកសរសើរ	*61*
៩.	កុំរអ៊ូរទាំច្រើនពេក	*71*
១០.	មិនគួរប្រើសម្តីបន្ទាបបន្ថោកជាន់ឈ្លីអ្នកដទៃ	*75*
១១.	វិធីនិយាយពង្វាង	*79*
១២.	កុំវាយប្រហារត្រង់ពេក	*85*
១៣.	ការរិះគន់ដាស់តឿន	*91*
១៤.	កុំនិយាយឱ្យគេអាម៉ាស់ឬឈឺចាប់	*101*
១៥.	មិននិយាយពីអ្វីដែលគេមិនចូលចិត្ត	*107*
១៦.	បែងចែកអាក្រក់និងល្អ	*113*
១៧.	ស្វែងយល់ពីស្ថានភាពអ្នកស្តាប់	*119*
១៨.	“សុំទោស” និង “អរគុណ”	*125*
១៩.	“ពាក្យមិនពិត” ត្រូវប្រើតែក្នុងបំណងល្អប៉ុណ្ណោះ	*131*
២០.	“យកចិត្ត” តែកុំ “ស៊ីជោរ”	*139*
២១.	“ល្អឡើងវិល” ដូរឱ្យ “ល្អឡើងវិញ”	*143*

មាតិកា ទំព័រ

២២. ការល្បួងលោម 149

២៣. ការលើកទឹកចិត្ត 155

២៤. តិចនិចក្នុងការសួរ 161

២៥. អ្នកឆ្លាតធ្វើល្ងង់ 175

២៦. មិនគួរនិយាយជ្រែកឬនិយាយកាត់ 181

២៧. និយាយបន្ទន់ចិត្ត 187

២៨. វិធី "ស្មៀមជាងស្រដី" 201

២៩ ទាញអារម្មណ៏ឱ្យចូលផ្លូងគ្នា 205

៣០. មហិទ្ធិឫទ្ធិ "ខ្លាំងស៊ីពាល" 209

៣១. បង្ហាញពីសន្តានចិត្ត 213

៣២. វិធី "ចាញ់ជាព្រះ ឈ្នះជាមារ" 217

៣៣. កូនចៅនិងចៅហ្វាយនាយ 223

៣៤. ក្បាច់ "រុញស៊ីក្លូបញ្ចូលឡាន" 233

៣៥. និយាយក្នុងចំណោមមហាជន 237

៣៦. វិធី "បង្កើនស្នេហ៍មុខ" 243

ពាក្យនិយាយ “រាក់ទាក់”
ដែលហាក់ដូចជាគ្មានសារៈសំខាន់អ្វីទេ
តែបើខ្វះពាក្យទាំងនេះហើយ
ចំណងមេត្រីទាំងអម្បាលម៉ានរវាងមនុស្សនឹងមនុស្ស
ក៏នឹងក្លាយទៅជាសោះកក្រោះគ្មានរសជាតិ
ប្រៀបដូចជាជីវិតរបស់មនុស្សយន្តដូច្នោះដែរ។

☆ ☆ ☆

១

"រាក់ទាក់" បង្កើនភាពស្និទ្ធស្នាល

"បើអ្នកមិនចេះរាក់ទាក់ជជែកលេង វាក៏មិនខុសអីពី
សួនច្បារដែលគ្មានបុប្ផា ឬវេហាស៍គ្មានព្រះចន្ទនោះឡើយ"

... ការរាក់ទាក់ គឺជាភាសាដែលមនុស្សប្រើនៅពេលជួបគ្នា ដែលមើលទៅ ហាក់ដូចជាមិនសូវចាំបាច់អ្វីទេ តែបើយើងពិចារណាឲ្យបានដិតដល់បន្តិច វាមានសារៈសំខាន់បំផុតក្នុងទំនាក់ទំនងរវាងមនុស្សនឹងមនុស្ស។

ការរាក់ទាក់ វាជួយបង្កឲ្យមានបរិយាកាសល្អៗក្នុងការសេពគប់ជាមួយគ្នា បង្កើនភាពស្និទ្ធស្នាល ជួយឲ្យយើងបានស្វែងយល់ពីគ្នាទៅវិញទៅមក។ល។ ហេតុនេះដើម្បីរកសាច់រឿងមកនិយាយឲ្យបានច្រើន អ្នកអាចសាកល្បងពិចារណាតាមប្រធានបទខ្លះៗខាងក្រោម ៖

១-យកបរិយាកាសឬស្ថានភាពមនុស្សជុំវិញ មកធ្វើជាប្រធានបទ ៖

ពាក្យថា "ថ្ងៃនេះមេឃស្រឡះល្អណាស់!.." តែមួយឃ្លា ក៏ធ្វើឲ្យមនុស្សពីរនាក់ដែលមិនធ្លាប់ស្គាល់គ្នា អាចសន្ទនាគ្នាបានដែរ។

ក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ យើងអាចជ្រើសរើសយកអ្វីៗដែលជួបប្រទះផ្ទាល់នៅនឹងមុខ មកធ្វើជាប្រធានបទក្នុងការនិយាយលេងរាក់ទាក់ទាំងឡាយ ដូចជា នៅក្នុងពិធីជប់លៀង យើងអាចនិយាយថា ៖

"ម្ហូបនេះឆ្ងាញ់ណាស់!" ឬក៏

"ម្ហូបអាហារក្នុងពិធីនេះសម្បូរពោរពាស!"

បើពេលទៅលេងផ្ទះមិត្តភក្តិ យើងអាចនិយាយរាក់ទាក់ថា

"ផ្ទះនេះរៀបចំបានល្អណាស់ គួរឲ្យចង់រស់នៅ"

នៅលើរថយន្តក្រុង យើងអាចនិយាយជាមួយអ្នកនៅក្បែរយើងថា

"ថ្ងៃនេះឡានពេញណែនក្អឹកសតែម្តង" ឬយើងអាចសួរគេថា

"ទៅលេងឯណា?"

បើនៅផ្ទះគេមានមនុស្សចាស់ឬក្មេងៗ យើងក៏អាចយកមកធ្វើជារឿងក្នុងការនិយាយលេងបានយ៉ាងប្រសើរបំផុត។ ការនិយាយលេងរាក់ទាក់ក្រៅអំពីការបង្កចំណាប់អារម្មណ៍របស់ភាគីម្ខាងទៀត វាថែមទាំងធ្វើឲ្យគេទទួលអារម្មណ៍ថា យើងជាមនុស្សដែលមានសន្តានចិត្តល្អ ងាយសេពគប់ធ្វើឲ្យគេមានចិត្តរីករាយក្នុងការរួមសន្ទនាជាមួយ។

២-យករឿងដែលភាគីម្ខាងទៀតគេចូលចិត្ត មកធ្វើជាប្រធានបទ ៖

ប្រសិនបើយើងមានរឿងត្រូវពឹងពាក់អ្នកណា យើងត្រូវតែដឹងថាគេនោះចូលចិត្តអ្វីនិងមិនចូលចិត្តអ្វីជាមុនសិន។ បន្ទាប់មកយើងយករឿងដែលគេចូលចិត្ត មកធ្វើជាប្រធានបទក្នុងការនិយាយ ដូចជា បើគេចូលចិត្តតន្ត្រី យើងគួរនិយាយអំពីបទចម្រៀងដែលកំពុងពេញនិយម ពីអ្នកចម្រៀងណាដែលល្បីៗជាដើម និងប្រសិនបើយើងយល់ដឹងក្នុងរឿងនេះខ្លះៗថែមទៀត វានឹង

ជួយឲ្យការសន្ទនាកាន់តែមានឱជារសទ្ទេឡើង។ ភាគីម្ខាងទៀតគេនឹងគិតថា យើងនិយាយត្រូវនឹងចិត្តរបស់គេ ហើយបើយើងមិនសូវដឹងពីសាច់រឿងនេះទេ ក៏មិនជាការអ្វីដែរ យើងអាចសុំការណែនាំពីគេវិញក៏បាន។ ធ្វើដូច្នេះជាការបង្ហាញឲ្យឃើញថា យើងជាមនុស្សដាក់ខ្លួនដាក់កាយ មានសុជីវធម៌ហើយ ម្យ៉ាងទៀត យើងបានទទួលការយល់ដឹងផ្នែកតន្ត្រីបន្ថែមទៀតផង។

៣-យកហេតុការណ៍ប្រទេសជាតិឬព័ត៌មានផ្សេងៗ ធ្វើជាប្រធានបទ :

សភាពការណ៍របស់ប្រទេសជាតិនិងព័ត៌មានផ្សេងៗ សុទ្ធសឹងជារឿងរ៉ាវដែលមនុស្សទូទៅបានដឹងឮគ្រប់ៗគ្នារួចហើយ។ យើងអាចយករឿងទាំងនេះមកធ្វើជាប្រធានបទក្នុងការសន្ទនាដូចជា រឿង"ប្រាសាទព្រះវិហារ" "បញ្ហាព្រំដែន" ដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សមានអារម្មណ៍តបស្នងជាមួយគ្នាបាន។ ចំពោះរឿងព័ត៌មានផ្សេងៗ មិនថាជាក្នុងប្រទេសឬក្រៅប្រទេស ឬរឿងកំប៊ិកកំប៉ុកអង្គរកំប៉ុង ក៏យើងអាចជ្រើសរើសយកមកនិយាយបានដែរ ប៉ុន្តែយើងគួរប្រយ័ត្នប្រយែងខ្លះដែរថា ការយកប្រធានបទណាមួយមកនិយាយ ត្រូវពិនិត្យមើលទៅតាមប្រភេទមនុស្ស ទៅតាមការចូលចិត្ត តាមការចាប់អារម្មណ៍របស់គេដូចជា បើគេជាស្ត្រីមេផ្ទះ យើងទៅជានិយាយរឿងនយោបាយដែលគ្នាមិនសូវដឹងរឿងអីប៉ុន្មាន ក៏វាមិនទំនងផងដែរ ឬបើអ្នកនោះជាមន្ត្រី ឬជាថ្នាក់ដឹកនាំ យើងបែរជាលើកយករឿងរាយមាយតែពីសតែពាសមកនិយាយ ក៏ប្រហែលជារកចំណុចត្រូវគ្នាមិនឃើញដែរ។

ពេលខ្លះ ការនិយាយច្រើនពេកក៏អាចនឹងធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតមិនសូវសប្បាយចិត្តប៉ុន្មានដែរ។ ហេតុនេះមុននឹងយករឿងនយោបាយឬព័ត៌មានផ្សេងៗមកធ្វើជាប្រធានបទ អ្នកត្រូវពិនិត្យសង្កេតជាមុនថា គេមានការចាប់អារម្មណ៍នឹងរឿងនេះដែរឬទេ? តើយើងអាចធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតគេចូលរួមសន្ទនាជាមួយគ្នាដោយក្តីរីករាយដែរឬទេ? សូមកុំចេះតែប្រូបែកពពុះមាត់តែខ្លួនឯង ដោយមិនខ្វល់ពីរឿងគេចង់ស្តាប់ ឬមិនចង់ស្តាប់ឲ្យសោះ។

៤-ក្នុងប្រធានបទនីមួយៗ តែងមានការរៀននិងការបង្រៀន :

ខ្ញុំមិនហ៊ាននិយាយទេថា ប្រជាជនខ្មែរយើងមានការយល់ដឹងកម្រិតណា ក្នុងបណ្ដាប្រទេសជាង២០០ លើពិភពលោកយើងនេះ? ចំពោះលោកអ្នកដែលកំពុងកាន់សៀវភៅនេះអាន យ៉ាងហោចណាស់ក៏លោកអ្នកមានកម្រិតការយល់ដឹងក្នុងលំដាប់ ១លានដំបូងៗក្នុងចំណោមប្រជាជនខ្មែរទាំង១៣លាននាក់ដែរ។ យើងមិនបានតាំងខ្លួនជាអ្នកប្រាជ្ញបណ្ឌិត ឬជាអ្នកដើរប្រោសសត្វលោកអ្វីទេ តែខ្ញុំគិតថា ការផ្ដល់គំនិតល្អៗខ្លះទៅលើការគិត ការប្រព្រឹត្ត ឬផ្នែកសុខភាពអនាម័យ គឺជាអំពើដ៏ល្អមួយ ដែលយើងគួរនឹងធ្វើណាស់។ យើងមិនចាំបាច់ទៅអង្គុយទេសនាប្រាប់គេត្រង់ៗនោះទេ តែក្នុងពេលនិយាយលេង យើងអាចបន្ថែមបន្ថយខ្លះៗនូវការយល់ដឹងល្អៗមួយចំនួនដែលមានប្រយោជន៍ដល់ពួកគេ (ចំពោះតែអ្នកដែលសមគួរនឹងទទួល)។

គឺជាការប្រាប់ ដែលមិនឱ្យគេដឹងថាយើងចង់ប្រាប់។

ការរាក់ទាក់ ការនិយាយលេង ជួយឲ្យមានបរិយាកាសរីករាយ ជួយឲ្យមានចំណងមេត្រី ជួយបង្ហាញការយល់ដឹងដោយចិត្តបរិសុទ្ធ ដល់អ្នកដែលខ្វះខាតជាងយើង (ក្នុងពេលកំពុងនិយាយលេង) គឺជាប្រការដែលយើងគួរធ្វើដោយបញ្ញារបស់ខ្លួន វាល្អជាជាងនិយាយពីឥតប្រយោជន៍។

☞ *ដាំផ្កា នាំឲ្យយើងបានឃើញភាពស្រស់បំព្រងរបស់ផ្កាផង*
ហើយក៏កាន់តែចេះដឹងក្នុងការដាំផងដែរ។
និយាយលេងរាក់ទាក់ ជួយបង្កើនមិត្តមេត្រីផង
ជួយឲ្យបានរៀន និងបានបង្រៀនផងដែរ។

ប្តូរគូសន្ទនារបស់អ្នកឱ្យមកជាគ្រូ
កែច្នៃការសន្ទនាឱ្យមានអត្ថរស
ប្រកបដោយមេរៀនដ៏មានប្រយោជន៍រវាងគ្នានឹងគ្នា។

បាល់កាសា គ្រុកសៀន

☆☆☆

អ្នកដែលវាយឫកតម្កើងខ្លួនឯង

នឹងមិនមាននរណាគេស្វាគមន៍

អ្នកដែលចូលចិត្តអួតក្អេងក្អាង

បង្កើតតែភាពធុញទ្រាន់ដល់អ្នកដទៃ។

ការដាក់ខ្លួនដាក់កាយ

មិនមែនជាការបន្ទាបបន្ថោកខ្លួនឯងនោះឡើយ

តែគឺជាសិល្បៈវិធីមួយដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់វិសេសវិសាល

ក្នុងការសម្តែងមតិនិងអារម្មណ៍របស់ខ្លួន។

☆ ☆ ☆

២

ដាក់ខ្លួនដាក់កាយ

« ដើយស្គក ឱនដាក់គ្រាប់ »

✍... លោក **បិនចាមិន ហ្វ្រែងគ្លិន** ជាអ្នកខិតខំយ៉ាងខ្លាំងក្លាក្នុងការស្រាវជ្រាវសិក្សាអំពីនិស្ស័យមនុស្ស។ កាលពីក្មេង គាត់ធ្លាប់បានកត់ត្រាអំពីគុណធម៌ល្អៗ ហើយបានតាំងចិត្តថា ខ្លួននឹងខិតខំអនុវត្តតាមឲ្យបាននូវរាល់ចំណុចទាំងនោះ។

ក្រោយពីការព្យាយាមអស់ពេលជាច្រើនឆ្នាំមក គាត់ក៏ធ្វើបានទៅតាមការតាំងចិត្តរបស់គាត់មែន។ ប៉ុន្តែលុះដល់ពេលក្រោយមកទៀត គាត់ក៏បានរកឃើញគុណធម៌ដ៏ល្អមួយបែបទៀត ដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាគួរមាន។

គាត់បានពោលថា ៖

“កាលពីដំបូង ខ្ញុំបានសរសេរអំពីគោលការណ៍ដែលខ្ញុំគួរប្រតិបត្តិ

ដែលកត់ត្រាអំពីគុណធម៌ល្អៗ មានចំនួន ១២ប្រការ។ ស្រាប់តែថ្ងៃមួយមានមិត្តភក្តិជិតស្និទ្ធម្នាក់ បានខ្សឹបឲ្យដឹងពីអារម្មណ៍អ្នកដទៃគេគិតចំពោះខ្ញុំថា ខ្ញុំគឺជាមនុស្សក្រអឺតក្រទម **ដោយសារតែពេលនិយាយអ្វីជាមួយអ្នកដទៃ ខ្ញុំតែងប្រកាន់គំនិតរបស់ខ្លួនឯងជាធំ ហើយព្រមទាំងពេបជ្រាយនិងជាន់ឈ្លីដល់គំនិតរបស់អ្នកដទៃថែមទៀតផង។** ពេលបានឮដូច្នេះ ខ្ញុំក៏គិតរិះរកវិធីដើម្បីកែសម្រួលអំពីចំណុចខ្វះខាតរបស់ខ្លួនឯងជាបន្ទាន់។

ខ្ញុំបានកត់ពាក្យ **"ដាក់ខ្លួន"** បញ្ចូលទៅក្នុងតារាងអនុវត្តរបស់ខ្ញុំថែមមួយប្រការទៀត។ ចាប់តាំងពីពេលនោះរហូតមកដល់ពេលនេះ សូម្បីតែខ្ញុំមិនហ៊ានប្រកាសថា ខ្លួនឯងធ្វើបានល្អដល់កម្រិតណា តែខ្ញុំជឿជាក់ថាខ្លួនខ្ញុំកាន់តែមានការរីកចម្រើនបន្តិចម្តងៗទៅរកផ្លូវល្អ។

ខ្ញុំតាំងចិត្តថានឹងខំព្យាយាមនិយាយយ៉ាងណា
ដើម្បីកុំឱ្យប៉ះពាល់ដល់អារម្មណ៍អ្នកដទៃ។

ខ្ញុំតាំងចិត្តថានឹងផ្លាស់ប្តូរពាក្យសម្តីដែលចចេសរឹងត្អឹង សម្រេចចិត្តអ្វីៗដោយយកគំនិតខ្លួនឯងជាធំ ដែលពីមុនមកខ្ញុំធ្លាប់តែធ្វើដូច្នេះ។ ចាប់តាំងពីពេលដែលបានកែប្រែរួចមក ខ្ញុំសង្កេតឃើញថា **ពេលណាដែលខ្ញុំរៀបរាប់ពីបញ្ហាផ្សេងៗយ៉ាងទន់ភ្លន់ ខ្ញុំក៏ត្រូវគេព្រមទទួលស្គាល់ដោយងាយ និងប្រសិនបើនៅមានអ្នកជំទាស់ ក៏មានក្នុងចំនួនដ៏តិចតួចបំផុត។**

ជាការពិតណាស់ នៅពេលដែលកំពុងកែលម្អខ្លួននោះ យើងមុខជាពិបាកអត់ទ្រាំនឹងការជម្នះចិត្តខ្លួនឯងដោយជៀសពុំរួច ព្រោះតែយើងនៅ **"ជាប់ក្អែល"** ឬ **"សន្តានដើម"** របស់ខ្លួនពីមុនមិនទាន់ជ្រះ។ ប៉ុន្តែនៅពេលដែលយើងទម្លាប់វាឲ្យបានញឹកញាប់ វានឹងស៊ាំ ទីបំផុត យើងនឹងជិតជាប់និស្ស័យថ្មី ហើយរលុបនិស្ស័យចាស់បន្តិចម្តងៗ។

ម្យ៉ាងទៀត នៅចន្លោះពេលវេលានោះ ខ្ញុំតែងប្រយ័ត្នប្រយែងជាប្រចាំអំពីពាក្យសម្ដីរបស់ខ្លួនក្នុងការចរចាផ្សេងៗ ព្រមទាំងខំទប់អារម្មណ៍ខ្លួនឯង ទុកឲ្យអ្នកដទៃគេប្រើវោហាររបស់គេតាមសម្រួលចុះ" ។

សូម្បីតែ ប៊ិនចាមិន ហ្វ្រែងគ្លិន ខ្លួនឯងក៏មើលឃើញថា ៖

ការដាក់ខ្លួន ជាកត្តាមួយដែលនាំឱ្យគេឈានទៅរកជោគជ័យ។

ផលដែលបានមកពីការប្រព្រឹត្តទៅលើអ្នកដទៃយ៉ាងទន់ភ្លន់សុភាពរាបសា វាមានតម្លៃយ៉ាងខ្ពស់ ដែលមនុស្សគ្រប់រូបមិនអាចបដិសេធបាន។

ក្នុងពេលសន្ទនា ឬចរចាកិច្ចការអ្វីមួយ ប្រសិនបើយើងសម្ដែងឥរិយាបថរឹងត្អឹង ឬនិយាយយកតែពីឈ្នះដៃ អ្នកដទៃគេនឹងមានអារម្មណ៍ប្រចាំង ឬមានភាពអមិត្តជាមួយយើងភ្លាម។ ប្រការនេះ វានឹងធ្វើឲ្យយើងពុំសូវបានទទួលផលល្អពីការចរចានោះប៉ុន្មានឡើយ។

ទោះបីជាលោកអ្នកពូកែប្រើសម្ដីយ៉ាងណា ឬនៅក្នុងបរិយាកាសបែបណា ពាក្យសម្ដីរបស់យើងមានចេតនាឬអចេតនាក៏ដោយ គូភាគីម្ខាងទៀត គេនឹងស្ដាប់យើងដោយផ្ចិតផ្ចង់បំផុត។ ប្រសិនបើយើងមានឥរិយាបថរឹងត្អឹងនោះ អ្វីដែលយើងសម្ដែងចេញទៅ នឹងធ្វើឲ្យអ្នកដទៃវាយតម្លៃខុសឆ្ងាយពីចេតនាពិតរបស់យើង។ ឧទាហរណ៍ដូចជា យើងកំពុងរៀបរាប់អំពីខ្លួនមានមោទនភាពក្នុងរឿងអ្វីមួយ យើងយល់ឃើញថា ការនិយាយនេះបានបង្ហាញពីសេចក្ដីក្លាហាន ពីភាពឈ្លាសវៃដ៏មុតស្រួច និងចំណុចល្អៗរបស់ខ្លួន តែក្នុងពេលនេះ យើងក៏មិនអាចដឹងបានថា អ្នកដទៃគេនឹងយល់ឃើញដូចយើងដែរឬអត់? ជួនអាចដូច ជួនអាចមិនដូចក៏មានដែរ។ ប្រការនេះវាអាស្រ័យនៅត្រង់ថា តើយើងបង្ហាញគេដោយវិធីបែបណា? យើងប្រើពាក្យសម្ដីដូចម្ដេចដើម្បីឲ្យអ្នកដទៃទទួលអារម្មណ៍ស្របគ្នាជាមួយនឹងយើង?

✍... *ការអួតអាងមិនបានជួយអ្វីដល់អ្នកឡើយ*

លោក ហឺ ជាអ្នកដែលមានសមត្ថភាពខ្ពស់ និងជាមនុស្សម្នាក់ដែលអ្នកផងទទួលស្គាល់យ៉ាងទូលំទូលាយ។

កាលពីពេលចាប់ផ្ដើមចូលធ្វើការដំបូងៗក្នុងផ្នែកបុគ្គលិក គាត់ស្ទើរតែគ្មានមិត្តភក្ដិម្នាក់ណាសោះក្នុងកន្លែងធ្វើការ។ ពេលនោះ គឺជាពេលដែលគាត់កំពុងតែ"ស្រវឹងនឹងខ្លួនឯង"។ មួយថ្ងៃៗគាត់គិតតែពីអួតរឿងខ្លួនឯង បន្តិចអ្នកនេះពីរឿងនេះ បន្តិចអ្នកមួយទៀតមករក គ្មានពេលសម្រាកសោះ មានអ្នកយកអំណោយមកជូនរាប់មិនអស់ មិនទាំងចាំឈ្មោះគេទៀតផង។ មិត្តភក្ដិដែលស្ដាប់ឮដូច្នេះ មិនមែនគ្រាន់តែមិនសរសើរទេ គេកាន់តែនាំគ្នាជ្រេញនឹងគាត់ថែមទៀត។

ថ្ងៃក្រោយមក ដោយសារឪពុករបស់គាត់ជាអ្នករកស៊ីដើងចាស់ បានប្រដៅប្រដៅណែនាំយ៉ាងដិតដល់អំពីរឿងនេះ ធ្វើឲ្យគាត់បានស្វែងយល់ពីចំណុចខ្វះខាតរបស់ខ្លួន ហើយចាប់ផ្ដើមកែខ្លួនឯងឡើងវិញ។

ចាប់ពីពេលនោះមក គាត់ក្លាយទៅជាមនុស្សដែល **និយាយពីរឿងខ្លួនឯងតិចបំផុត ហើយស្ដាប់គេនិយាយកាន់តែច្រើន**ទៅវិញ ព្រោះថាមនុស្សម្នាក់ៗសុទ្ធតែមានរឿងត្រូវអួតរៀងៗខ្លួន។ ការបាននិយាយបង្អួតគ្នាទៅវិញទៅមក ធ្វើឲ្យគេអាចចុះសម្រុងជាមួយគ្នាបានល្អ។

គ្រប់ពេលដែលលោក ហឺ ជជែកលេងជាមួយអ្នកដទៃ គាត់តែងបើកឱកាសឲ្យគេនិយាយម៉ាស្រទ្បាញ់។ ចំណែករូបគាត់វិញ គាត់រង់ចាំទាល់តែគេហើបមាត់សួរ ទើបគាត់ឆ្លើយបកស្រាយយ៉ាងសុភាពរាបសា។

ឡៅជឺ អ្នកប្រាជ្ញចិន មេសាសនាតៅ បានពោលថា

អ្នកជំនួញតែងលាក់ទ្រព្យសម្បត្តិរបស់ខ្លួន
អ្នកប្រាជ្ញដែលប្រព្រឹត្តអំពើល្អ មានគុណធម៌ខ្ពង់ខ្ពស់
តែរូបភាពខាងក្រៅ គេបង្ហាញពីភាពល្ងង់ខ្លៅទៅវិញ។

ពាក្យពំនោលទាំងនេះ បានន័យថា
មិនបាច់បញ្ចេញអាវុធឲ្យគេឃើញទេ
គួរថែរក្សាកម្លាំងថាមពលរបស់ខ្លួន ឲ្យមានសេសសល់ខ្លះផង
កុំបញ្ចេញក្បាច់របស់ខ្លួនឲ្យគេឃើញរហូតដល់អស់រលីង ដោយមិនប្រមើលមើលពីទីកន្លែងនិងកាលៈទេសៈឲ្យសោះ។ បើយើងបញ្ចេញរឿងខ្លួនឯងឲ្យគេដឹងទាល់តែខ្វេចគ្មានសល់ដូច្នេះ ថ្ងៃក្រោយទៅ គេមុខជាគ្រប់ដណ្ដប់យកប្រៀបលើយើងបានជាមិនខាន។

ក្រៅពីនេះ អ្នកត្រូវចេះដាក់ខ្លួន ធ្វើឲ្យមនុស្សចូលចិត្តរាប់អាន មានការទុកចិត្តទុកថ្លើមមកលើរូបអ្នក។ ការដាក់ខ្លួន ធ្វើឲ្យអ្នកដទៃគេយល់ថា អ្នកមិនបៀតបៀន ឬមិនបំពារបំពានទៅលើគេ។ វាធ្វើឲ្យអ្នកដទៃមានបំណងមេត្រីជាមួយអ្នកកាន់តែជិតស្និទ្ធថែមទៀត។

ហេតុនេះ បើអ្នកកាន់តែមិនផ្ដល់ភាពសំខាន់មកលើខ្លួនឯងខ្លាំងពេកទេ អ្នកក៏នឹងត្រូវបានគេស្វាគមន៍កាន់តែច្រើន។

ការរៀបរាប់ខាងលើនេះ មិនមែនមានចេតនាចង់ឲ្យលោកអ្នកលាក់បំបាំងពីអំពើល្អរបស់ខ្លួន និងមិនមែនចង់ប្រាប់ឲ្យលោកអ្នក បន្ទាបតម្លៃរបស់ខ្លួនក៏ទេដែរ ហើយក៏មិនមែនចង់ឲ្យលោកអ្នក បំបិទមាត់ខ្លួនឯង មិនឲ្យនិយាយស្ដី ឬបញ្ចេញមតិយោបល់ក្នុងការសន្ទនាអ្វីក៏មិនមែនដែរ ខ្ញុំគ្រាន់តែមានសំណូមពរឲ្យលោកអ្នកសាកល្បងគិតទៅតាមគំនិតដូចខាងក្រោម ៖

☞ *បើលោកអ្នកកំពុងនិយាយជាមួយមិត្តភក្តិម្នាក់*
លោកអ្នកគួរនិយាយត្រឹមតែ៥០ភាគរយ
បើនិយាយជាមួយមនុស្ស៣នាក់ យើងគួរនិយាយតែ១ភាគ៣
បើនិយាយជាមួយមនុស្ស១០នាក់ យើងគួរនិយាយ១ភាគ១០
បានន័យថា ទោះជានៅក្នុងស្ថានការណ៍បែបណាក៏ដោយ
លោកអ្នក គួរនិយាយក្នុងកម្រិតមួយដ៏សមរម្យ
វិធីនេះ នឹងធ្វើឲ្យអ្នកដទៃទទួលបាននូវបរិយាកាសស្មើភាពគ្នា
គ្រប់ៗគ្នា បានរួមចំណែកក្នុងការជជែកបញ្ចេញមតិ
ហើយក៏មានចិត្តរីករាយក្នុងការសន្ទនាផងដែរ។

ធម្មជាតិផ្តល់អណ្តាតតែមួយនិងត្រចៀកពីរដល់អ្នក
ហេតុនេះ
អ្នកត្រូវស្តាប់ឱ្យច្រើនជាងពីរដងដែលអ្នកនិយាយ។

អ៊ីភិកទិទុស

☆☆☆

និយាយច្រើន ខុសច្រើន រឿងច្រើន

និយាយតិច ស្តាប់ច្រើន ជាវិធីរបស់មនុស្សឆ្លាត។

☆ ☆ ☆

៣

ពូកែស្តាប់ ទើបពូកែនិយាយ

« បើគិតតែនិយាយដោយមិនព្រមស្តាប់ តើអ្នកអាចនឹងចេះអ្វីបាន?»

...និយាយឱ្យតិច : សុភាសិតមួយបានពោលថា ៖

"អ្នកមិនបាច់និយាយគ្រប់ពាក្យដែលអ្នកគិតនោះទេ តែអ្នកត្រូវគិតគ្រប់ពាក្យដែលអ្នកនិយាយ "

អ្នកមានបទពិសោធន៍ធំៗជាច្រើន គេនិយាយតែ 1/3 ប៉ុណ្ណោះនូវអ្វីដែលគេដឹង។ យើងអាចគិតថា គេជាមនុស្សលាក់ពុត ឬមានល្បិចកលផ្សេងៗ។ តែបើគិតពីប្រភេទសម្ពន្ធភាពរវាងមនុស្សវិញ យើងកត់សម្គាល់ឃើញថា មនុស្សម្នាក់ៗមានលក្ខណៈដោយឡែកពីគ្នា។ ហេតុនេះ ក្នុងការនិយាយម្តងៗយើងគួរដឹងថា " **អ្នកស្តាប់ជានរណា?** " តើគេចេះស្តាប់ពី

រឿងអ្វី? តើយើងគួរនិយាយពីអ្វីដើម្បីឲ្យអ្នកនោះស្ដាប់បាន? ហេតុនេះការនិយាយត្រឹមតែ 1/3 ក៏ជាការគ្រប់គ្រាន់ណាស់ទៅហើយ។

ការនិយាយរឿងខុសមនុស្ស
វាមិនខុសពី"ច្រៀងឱ្យក្របីស្ដាប់"នោះឡើយ។

ម្យ៉ាងទៀត បើសិនជាយើងមិនទាន់ស្គាល់ភាគីម្ខាងទៀតឲ្យបានច្បាស់លាស់នៅឡើយ ហើយស្រាប់តែយើងនិយាយបើកកកាយឲ្យអស់ពីពោះវៀនពោះតាំងនោះ វាគឺជាការបង្ហាញពីភាពទន់ខ្សោយរបស់យើងនោះឯង ព្រោះយើងមិនទាន់អាចស្មានបានថា តើគេនឹងចង់ស្ដាប់រឿងដែលយើងនិយាយដែរឬទេ? តើរឿងខ្លះ យើងគួរឲ្យគេដឹងដែរឬទេ? តើរឿងខ្លះដែលយើងបាននិយាយ វាមានប៉ះពាល់ដល់ចំណុចខ្សោយ ឬដល់កិត្តិយសគេដែរឬទេ? និងជាពិសេសទៅទៀតការដែលមិនដឹងពីជំហររបស់គេឲ្យបានច្បាស់លាស់ ធ្វើឲ្យការនិយាយរបស់យើងទៅជាជួយនឹងគំនិតរបស់គេដែលអាចបង្កឲ្យបរិយាកាសក្លាយទៅជាអាប់អួរវិញក៏មានដែរ។

ក្នុងការនិយាយស្ដី យើងគួរកំណត់ទៅលើកត្តាបីយ៉ាងគឺ ៖

១- មនុស្ស

២- ពេលវេលា

៣- ទីកន្លែង

បើមិនមែនមនុស្សដែលគួរនិយាយ ក៏មិនគួរនិយាយ
បើមិនត្រូវពេលត្រូវវេលា មិនចំកាលៈទេសៈ ក៏មិនគួរនិយាយ
បើមិនត្រូវទីត្រូវកន្លែង ក៏មិនគួរនិយាយ។
កត្តាទាំងនេះ អាចជួយឲ្យអ្នកចេះសម្របខ្លួនក្នុងសង្គមបានល្អ។

✍... ***ស្តាប់គេឱ្យច្រើន :*** ពេលណានិយាយតិច យើងក៏មានពេលសម្រាប់ស្តាប់គេច្រើនដែរ។ យើងត្រូវស្តាប់គេឲ្យបានច្រើន ស្តាប់ដើម្បីរៀនយកបទពិសោធន៍ពីគេ ស្តាប់គេនិយាយពីអ្វីដែលកើតឡើងជុំវិញខ្លួន ស្តាប់នូវអ្វីដែលគេដឹងលើសពីយើង...។ល។

"ស្តាប់ច្រើន អ្នកកាន់តែដឹងច្រើន"

ស្តាប់ច្រើន អ្នកកាន់តែបានសង្កេតច្រើន ស្គាល់បានច្រើន វិភាគបានច្រើន អ្នកអាចនឹងគ្រប់គ្រងស្ថានការណ៍ផ្សេងៗ បានយ៉ាងងាយស្រួល។

✍... ***ស្តាប់ដោយមានអំណត់ ស្តាប់ដោយសុទ្ធចិត្ត :***

អ្នកមួយចំនួន ដែលមានបំណងចង់ឲ្យអ្នកដទៃយល់ស្របតាមគំនិតរបស់ខ្លួន គាត់តែងចូលចិត្តនិយាយច្រើនជាងស្តាប់។ នេះជាប្រការខុសឆ្គងមួយប៉ើប។ វិធីដ៏ល្អ យើងគួរឲ្យអ្នកដទៃគេបញ្ចេញមតិរបស់គេខ្លះផង ព្រោះពេលខ្លះយើងអាចគិតមិនបានគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ ឬអាចមានអ្នកខ្លះគេយល់ដឹងពីបញ្ហាច្រើនជាងយើង។

អ្នកខ្លះ ពេលមិនពេញចិត្តនឹងមតិអ្វីមួយ គាត់ក៏និយាយកាត់ដូង។ នេះក៏ជាការមិនសមរម្យមួយដែរ។ នៅពេលដែលភាគីម្ខាងទៀតគេនិយាយមិនទាន់អស់សេចក្តី ហើយយើងបែរទៅនិយាយកាត់ គេនឹងមិនខ្វល់ចង់ដឹងពីរឿងដែលយើងចង់និយាយឡើយ។ ហេតុនេះយើងត្រូវអត់ទ្រាំឲ្យគេនិយាយឲ្យចប់ គួរស្តាប់ដោយយកចិត្តទុកដាក់ ផ្តល់កម្លាំងចិត្តឲ្យគេបញ្ចេញយោបល់របស់ខ្លួនឲ្យអស់សិន ទើបជាការប្រសើរ។

ទស្សនាវដ្តីមួយបានចុះផ្សាយយោសនាដ៏គួរឲ្យចាប់អារម្មណ៍ថា ក្រុមហ៊ុនមួយត្រូវការជ្រើសរើសបុគ្គលិកម្នាក់ ដែលមានបទពិសោធន៍ និងមានសមត្ថភាពពិសេស ដើម្បីធ្វើការក្នុងតំណែងមួយ។ ចូសេហ្វ ដឹងដំណឹងគេក៏ដាក់ពាក្យសុំចូលធ្វើការ។ បន្ទាប់ពីនោះ គេបានស្រាវជ្រាវអំពីប្រវត្តិ

របស់អ្នកបង្កបង្កើតក្រុមហ៊ុនឲ្យបានច្បាស់ជាមុន។ ដល់ពេលដែលត្រូវចូលទៅសម្ភាស មុននឹងអង្គុយចុះ ចូសេហ្វ ក៏និយាយរាក់ទាក់ថា "ខ្ញុំបាទមានកិត្តិយសដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ដែលមានវាសនាបានមកសម្ភាសជាមួយក្រុមហ៊ុនដែលមានថ្វីដៃដ៏កំពូលរបស់លោក។ ខ្ញុំដឹងថា កាលពី២៨ឆ្នាំមុន នៅពេលដែលលោកទើបតែរៀបចំបង្កើតក្រុមហ៊ុន មានតែបន្ទប់តូចមួយ តុមួយ និងស្មៀនតែម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ តើរឿងនេះពិតមែនដែរឬទេបាទ? "

អ្នកដែលមានជោគជ័យក្នុងការងារផ្សេងៗស្ទើរតែគ្រប់ៗគ្នា តែងចូលចិត្តយករឿងកម្សត់កម្ររបស់ខ្លួនមកនិយាយដូចៗគ្នា។ ចំណែកឯម្ចាស់ក្រុមហ៊ុនមួយនេះ ក៏មិនអាចគេចផុតពីករណីនេះដែរ។ គាត់បានរៀបរាប់រឿងដើមរបស់គាត់បន្តទៀតថា កាលពីពេលនោះ គាត់ចាប់ផ្ដើមធ្វើដូចម្ដេច ក្នុងពេលដែលគាត់មានលុយត្រឹមតែ ៤៥០ដុល្លារ ប៉ុណ្ណោះ។ គាត់ព្យាយាមតស៊ូអត់ទ្រាំនឹងការមើលងាយពេបជ្រាយផ្សេងៗគ្រប់បែបយ៉ាង ធ្វើការគ្មានពេលសម្រាក តាំងពីមួយថ្ងៃ ១២ម៉ោង រហូតដល់ ១៦ម៉ោង គ្មានថ្ងៃសៅរ៍ ថ្ងៃអាទិត្យអ្វីទេ ទម្រាំតែឆ្លងកាត់ឧបសគ្គផ្សេងមកបានដូចសព្វថ្ងៃនេះ។ ក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ សូម្បីតែអ្នកគ្រប់គ្រងហិរញ្ញវត្ថុធំៗ ក៏តែងមកពិភាក្សាសុំជាយោបល់ពីគាត់ផងដែរ។ គាត់មានមោទនភាពនឹងជោគជ័យរបស់គាត់នេះជាខ្លាំង។ ទីបំផុតគាត់ក៏សួរពីជីវប្រវត្តិរបស់ ចូសេហ្វ យ៉ាងខ្លីៗតែប៉ុន្មាននាទី ហើយហៅប្រធានផ្នែកគ្រប់គ្រងបុគ្គលិកមកប្រាប់ថា " ខ្ញុំយល់ឃើញថា ចូសេហ្វ មានលក្ខណៈសម្បត្តិសមរម្យទៅតាមអ្វីដែលយើងត្រូវការហើយ"។

ចូសេហ្វ បានចំណាយពេលវេលាស្វែងយល់អំពីជោគជ័យពីអតីតរបស់អនាគតចៅហ្វាយខ្លួន។ គេបង្ហាញឲ្យឃើញយ៉ាងច្បាស់អំពីការយកចិត្តទុកដាក់ និងការចាប់អារម្មណ៍ពីបញ្ហាផ្សេងៗរបស់អ្នកដទៃ ព្រមទាំងបានគាំទ្រឲ្យអ្នកដទៃជាអ្នកនិយាយ ធ្វើឲ្យអ្នកដទៃមានការពេញចិត្តនឹងរូបគេ។

អ្នកប្រាជ្ញបារាំងម្នាក់បានពោលថា

"បើអ្នកចង់បានសត្រូវ ចូរអ្នកតម្កើងខ្លួនឱ្យខ្ពស់ជាងមិត្តរបស់អ្នក តែបើអ្នកចង់បានមិត្ត ចូរអ្នកលើកមិត្តរបស់អ្នកឱ្យខ្ពស់ជាងអ្នកចុះ"

ព្រោះថា បើអ្នកលើកគេឲ្យខ្ពស់ គេនឹងមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនឯងមានតម្លៃ។ តែបើយើងតាំងខ្លួនឲ្យលើគេ គេនឹងមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនអាប់ឱនដែលអាចធ្វើឲ្យគេកើតក្តីប្រណែននិន្ទាមកលើយើង។

✍... *តើលោកអ្នក ជាអ្នកពូកែស្តាប់ក្នុងកម្រិតណា?* (១)

សមត្ថភាពនៃការស្តាប់របស់លោកអ្នកក្នុងពេលសន្ទនា ឬក្នុងការរកស៊ី អាចជួយដល់អ្នកប្រហាក់ប្រហែលនឹងមុខជំនាញផ្សេងៗទៀតដែរ។

គុណសម្បត្តិមួយចំណែករបស់អ្នកដឹកនាំ គឺសមត្ថភាពនៃការប្រមែប្រមូលគំនិតផ្សេងៗដោយការសាកសួរ និងការយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ចំពោះអ្វីដែលអ្នកដទៃបាននិយាយនោះឯង។

លោក **ដេនៀល ហ្គូលម៉ែន** (Daniel Goleman) អ្នកសរសេរសៀវភៅឈ្មោះ **ភាពឆ្លាតខាងអារម្មណ៍**(១) (Emotional Intelligence) បានរៀបរាប់ថា សមត្ថភាពរបស់អ្នកក្នុងការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងខាងអារម្មណ៍ជាមួយអ្នកដទៃដែលគេហៅថា EQ មានសារៈសំខាន់ប្រហាក់ប្រហែល ឬអាចច្រើនជាង IQ (Intelligence Quotient) របស់អ្នកទៅទៀត។ គាត់បានកត់សម្គាល់ថា គុណសម្បត្តិរបស់ EQ គឺជា "អារម្មណ៍រួម" ឬជាសមត្ថភាពនៃការស្វែងយល់ និង **ភាពរហ្មិច**ទៅលើអ្វីដែលអ្នកដទៃនិយាយព្រមទាំងចេតនាដ៏ពិតប្រាកដរបស់ពួកគេ។

---

(១) ភាពឆ្លាតខាងអារម្មណ៍ ៖ សូមរកអានក្នុងសៀវភៅចិត្តវិទ្យា ភាពវៃឆ្លាត គំនិតច្នៃប្រឌិត និងសេចក្តីសុខពិតប្រាកដ រៀបរៀងដោយ គឹម ចាន់ណា។

លោក **ហូវ៉ាដ ហ្គាដណ័រ** (Howard Gardner) សាស្ត្រាចារ្យនៅមហាវិទ្យាល័យ **ហាវើដ** (Harvard University) បានឱ្យនិយមន័យគុណសម្បត្តិនេះថាជា **"ភាពឆ្លាតខាងសង្គម"** គឺជាលក្ខណៈនៃបញ្ញាដែលគេឱ្យតម្លៃខ្ពស់បំផុតក្នុងសង្គមរបស់យើង ហើយសំខាន់ម្យ៉ាងទៀតនោះត្រង់ថាវាគឺ**"ជាអ្វីដែលយើងអាចរៀនសូត្របាន"**ឱ្យតែយើងពូកែស្តាប់គេប៉ុណ្ណោះ។

មានសៀវភៅអានជាច្រើនប្រភេទ ដែលបានរៀបរាប់ពីតិចនិចក្នុងការស្តាប់ផ្សេងៗ ដែលយើងអាចសង្ខេបមកបាន ៤យ៉ាង ដូចខាងក្រោម ៖

១-ស្តាប់យ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ ៈ

អ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់គេនិយាយ ឱ្យប្រៀបដូចជានៅលើលោកនេះគ្មានអ្វីសំខាន់ជាងនេះទៀតទេ។ បើមាននរណាចង់និយាយរឿងអ្វីជាមួយអ្នក ជាពិសេសនៅក្នុងផ្ទះរបស់ខ្លួន អ្នកគួរតែលះបង់អ្វីៗទុកមួយឡែក ហើយងាកមកស្តាប់គេឱ្យពេញលេញ បិទទូរទស្សន៍ បិទសៀវភៅ កាសែត ហើយផ្តោតអារម្មណ៍មកលើអ្វីដែលគេចង់និយាយជាមួយអ្នក។

ពេលដែលនរណាម្នាក់មានអ្នកដទៃយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់សម្តីខ្លួន គេក៏នឹងបានទទួលឥទ្ធិពលខាងសរីរវិទ្យាផងដែរ។ ខួរក្បាលរបស់គេបានបង្ហូរសារជាតិអិនដូហ្វីន "ថ្នាំបង្កក្តីសុខ"តាមធម្មជាតិចេញមក ធ្វើឱ្យគេកើតមានអារម្មណ៍ល្អចំពោះខ្លួនឯង ពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង និងជាពិសេស គេក៏កាន់តែចូលចិត្តអ្នក និងមានការជឿជាក់មកលើរូបអ្នកកាន់តែខ្លាំងផងដែរ ព្រោះអ្នកបានយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ ហើយផ្តល់កិត្តិយសដល់គេ។ ការយកចិត្តទុកដាក់បែបនេះ វានឹងផ្តល់ផលល្អដល់អ្នកយ៉ាងច្រើន ដែលអ្នកមិននឹកស្មានដល់។

⇨⇨⇨

២-ឈប់ផ្អាក់បន្តិចមុននឹងឆ្លើយតប ៖

នៅពេលភាគីម្ខាងទៀត គេផ្អាកនិយាយ ឬសម្រាកបន្ធូរដង្ហើម អ្នកពុំគួរប្រញាប់ឆ្លើយតបភ្លាមៗទេ គួរទុកចន្លោះពេលពី ៣ទៅ៥វិនាទីសិន។ រយៈពេលចន្លោះនេះ មានប្រការល្អបីយ៉ាង ៖

1- ជូនកាលគេផ្អាកបន្តិច ដើម្បីរៀបរៀងគំនិតនិយាយបន្ត

2- ពេលចន្លោះនេះបានន័យថា អ្នកកំពុងពិចារណាពីអ្វីដែលគេនិយាយយ៉ាងយកចិត្តទុកដាក់ ជាការជួយលើកតម្លៃដល់គូភាគី

3- អ្នកអាចយល់ដឹងពីគូភាគីកាន់តែជ្រៅ មិនមែនត្រឹមតែជាអ្វីដែលគេនិយាយនោះទេ អ្នកអាចយល់អត្ថន័យក្នុងចិត្តរបស់គេកាន់តែច្រើន។

៣-សួរបញ្ជាក់ ៖

សុំកុំទាន់ប្រញាប់ឆ្លើយថាខ្លួនយល់ច្បាស់ពេក អ្នកអាចឲ្យគេឆ្លើយបញ្ជាក់បន្ថែមដោយដាក់ជាសំណួរផ្សេងៗដូចជា

"អ្នកចង់សំដៅលើអ្វី?"

"គោលដៅពិតប្រាកដរបស់អ្នកគឺអ្វី?"។

គោលការណ៍សំខាន់នៃការសន្ទនាគឺ

"អ្នកសួរ គឺជាអ្នកគ្រប់គ្រងការសន្ទនា"

ពេលណាដែលគេត្រូវឆ្លើយនឹងសំណួរ គេមិនអាចបង្វែរអារម្មណ៍របស់ខ្លួនឲ្យងាករេទៅណាទៅណីបានឡើយ គេត្រូវតែធ្វើតាមបញ្ហាអ្នកសួរ។

៤-បូកសរុប ឬផ្ទៀងផ្ទាត់មើលដោយសម្តីរបស់យើង ៖

ការផ្ទៀងផ្ទាត់ឬការសរុបមួយវគ្គៗ ជាការបញ្ជាក់ថា យើងបានយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់គេនិយាយយ៉ាងពិតប្រាកដ មិនមែនគ្រាន់តែស្តាប់ដោយចំហមាត់ចោល ដូចដែលមនុស្សទូទៅតែងធ្វើសព្វថ្ងៃនេះឡើយ។

ឧទាហរណ៍ ពេលគេនិយាយចប់ អ្នកអាចសង្ខេបសាច់រឿងថា
"អ្នកបានធ្វើយ៉ាងនេះ រួចវាក៏កើតរឿងនេះ ហើយអ្នកសម្រេចចិត្តថានឹងធ្វើយ៉ាងនេះតទៅទៀត អញ្ចឹងមែនឬ?"
បើអ្នកនិយាយ គេអះអាងថាដូច្នោះមែន ពេលនោះអ្នកអាចឲ្យគេបន្តសាច់រឿង ឬសួរជាសំណួរផ្សេងៗ ឬសម្តែងជាមតិយោបល់ទៅលើអ្វីដែលគេបាននិយាយនោះទៅចុះ។

ដើម្បីឲ្យចេះស្តាប់គេនិយាយដោយពិតប្រាកដ មានប្រសិទ្ធភាព អ្នកត្រូវមានវិន័យនិងការព្យាយាមយ៉ាងខ្ជាប់ខ្ជួនផងដែរ។ ថ្វីត្បិតតែវាពិបាកពីដំបូងខ្លះៗមែន តែក្រោយពីពេលហ្វឹកហាត់មួយរយៈមក អ្វីៗវានឹងកាន់តែងាយទៅតាមធម្មជាតិជាមិនខាន។

(១) ប្រភព : The power of charm ; *Brian Tracy / Ron Arden*

☞ *ដើម្បីឲ្យគេស្តាប់អ្នក អ្នកត្រូវចេះស្តាប់គេ*
ដើម្បីស្តាប់គេបានល្អ
អ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់លើសម្តីរបស់គេ កុំនិយាយកាត់
ហ្វឹកហាត់ទាំងនៅផ្ទះ ទាំងនៅកន្លែងធ្វើការ
ការចេះស្តាប់ ធ្វើឲ្យមានជោគជ័យក្នុងការសន្ទនា
ធ្វើឲ្យចំណងមេត្រីបានកាន់តែល្អប្រសើរ។

ការយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់យ៉ាងជក់ចិត្តជក់អារម្មណ៍ ជាសិល្បវិធីដ៏កំពូលដើម្បីផ្គាប់ចិត្តមនុស្ស។

ដេល ការនេហ្គី – Dale Carnergie

☆☆☆

ការបង្ហាញពីអារម្មណ៍និងការគិត
តាមរយៈទឹកមុខនិងកាយវិការ
មានឥទ្ធិពលខ្លាំងជាងពាក្យសម្ដីទៅទៀត។

☆☆☆

៤

ភាសា "កាយវិការ"

"បើអ្នកមិនចេះនិយាយភាសាគេ តើអ្នកពិតជាអត់បាយឬ?"

✍... ទោះបីជាមនុស្សយើងមានភាសាសម្រាប់និយាយគ្នា ប្រើភាសាក្នុងការទាក់ទងផ្តល់ព័ត៌មានឬរឿងរ៉ាវផ្សេងៗ ប៉ុន្តែភាសានិយាយ ពុំមែនជាអ្វីគ្រប់យ៉ាងសម្រាប់ភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរបស់មនុស្សឡើយ។ មិនថាលោកអ្នកជាអ្នកនិយាយឬជាអ្នកស្តាប់នោះទេ ភាពពេញលេញនៃទំនាក់ទំនងរវាងគ្នា តែងត្រូវការភាសាខាងរាងកាយរបស់គូភាគីទាំងពីរដូចជា ការសម្តែងខាងទឹកមុខ អាកប្បកិរិយា និងសកម្មភាពផ្សេងៗជាដើម។

អ្នកដែលមានភាពស្ទាត់ជំនាញក្នុងការនិយាយ មិនមែនជាអ្នកដែលគ្រាន់តែចេះប្រើបបូរមាត់មួយមុខប៉ុណ្ណោះទេ តែគេត្រូវចេះប្រើទឹកមុខព្រមទាំងកាយវិការផ្សេងៗផងដែរ។

តាមការពិត **“ភាសាកាយ”** ជាមធ្យោបាយដ៏សំខាន់ដែលមនុស្ស តែងប្រើក្នុងការផ្តល់អត្ថន័យផ្សេងៗដល់គ្នាទៅវិញទៅមក ចាប់តាំងពីពេល ដែលមនុស្សនៅជាទារកមិនទាន់ចេះនិយាយមកម្ល៉េះ។ ការផ្តល់នូវអារម្មណ៍ ទៅវិញទៅមកតាមរយៈក្រសែភ្នែក ទឹកមុខ ការធ្វើដៃធ្វើជើង សុទ្ធតែជាការ បង្ហាញឲ្យដឹងពីចេតនាផ្សេងៗរបស់ភាគីមួយ ឲ្យភាគីមួយទៀតទទួលដឹង។

ដំណាក់កាលនីមួយៗនៃការសន្ទនារបស់មនុស្សយើង តែងតែមាន ការប្រើរួមគ្នារវាងក្រសែភ្នែក មាត់ និងត្រចៀកនោះឯង។ ហេតុនេះ ក្នុង ពេលសន្ទនាជាមួយគ្នា យើងចាំបាច់ត្រូវយកចិត្តទុកដាក់អំពីការប្រើពាក្យសម្តី អាកប្បកិរិយា ព្រមទាំងទឹកមុខរបស់ខ្លួនឲ្យបានជិតដល់ផងដែរថា តើយើង ត្រូវបានភាគីម្ខាងទៀត គេយកចិត្តទុកដាក់ដល់កម្រិតណា?

អស់លោកខ្លះ ពេលបានឱកាសនិយាយ ក៏និយាយមិនព្រមឈប់ មិនព្រមយកចិត្តទុកដាក់សង្កេតមើលទេថា តើមនុស្សគេតាំងចិត្តស្តាប់យើង ដែរឬទេ? តើគេស្តាប់យល់ដែរឬទេ? តើគេមានអាកប្បកិរិយាតបស្នង យ៉ាងណា? ក្នុងករណីនេះ ប្រសិនបើយើងមិនបានពិនិត្យពិច័យឲ្យបានល្អទេ បានន័យថា ភាពអប្រសិទ្ធភាព កើតមកពីខ្លួនយើងនោះឯង។

ការនិយាយដោយអាកប្បកិរិយាក្អេងក្អាង “កើតបូសក្លៀក” ឬ លក្ខណៈស្ងៀមធ្មឹងដូចរូបចម្លាក់ សុទ្ធតែជាអាកប្បកិរិយាដែលមិនបានធ្វើឲ្យ អ្នកស្តាប់គេយកចិត្តទុកដាក់ ឬផ្តល់តម្លៃប៉ុន្មានទេឡើយ។ លក្ខណៈរខេករខាក គ្មានសណ្តាប់ធ្នាប់ ធ្វើឲ្យអ្នកស្តាប់គេមិនផ្តល់ភាពសំខាន់ ការបន្ទាបបន្ថោក ខ្លួនឯង ធ្វើឲ្យអ្នកស្តាប់គេចូល់ អាកប្បកិរិយាមិននឹងន ធ្វើឲ្យគេគ្មានជំនឿ ការនិយាយដោយទឹកមុខមាំគួរឲ្យស្ញើម ធ្វើឲ្យអ្នកស្តាប់គេមានការតានតឹង និងកាន់តែប្រុងប្រយ័ត្ន...។

⇨⇨⇨

អ្វីទាំងនេះជាការបញ្ជាក់ថា គ្រប់ឥរិយាបថរបស់យើងសុទ្ធតែមានផលប៉ះពាល់ដល់ការសន្ទនាទាំងអស់ ទាំងចំណេញ ទាំងខាតទាំងការពិត ឬការមិនពិត។ ជាការរួមផ្សំរបស់ភាសាកាយជាមួយភាសានិយាយ ដែលយើងមិនអាចបដិសេធបានឡើយ។

☆☆☆

☞ *ចេះភាសានិយាយ ត្រូវចេះទាំងភាសាកាយវិការ*
ទី១ : គួររៀនសង្កេតភាសាកាយរបស់អ្នកស្តាប់
ដើម្បីបានដឹងថា គេចាប់អារម្មណ៍នឹងស្តាប់អ្នកក្នុងកម្រិតណា?
ដែលជួយដាស់សតិដល់យើងថា តើត្រូវបត់បែនដូចម្តេច?
ទី២ : ត្រូវចេះប្រើភាសាកាយរបស់ខ្លួនពេលកំពុងនិយាយ
ដើម្បីធ្វើជាល្បោយដល់ភាសានិយាយរបស់អ្នក
នំបញ្ចុកខ្វះល្បោយ ទោះបីជាអ្នកធ្វើទឹកនំឆ្ងាញ់យ៉ាងណា
ក៏អ្នកមិនអាចទៅជាអ្នកលក់នំបញ្ចុកជើងឆើតបានដែរ
ប៉ុន្តែប្រយ័ត្នល្បោយលាងទឹកមិនស្អាត ទៅជាហើមពោះ ???

☆☆☆

និយាយបើកចំហ

មិនចងខ្លួនឯង អាចបត់បែនបាន

ប្រៀបដូចអ្នកច្រៀងអាយ៉ៃ

ប្រើកាន់តែច្រើន កាន់តែស្ទាត់ជំនាញ។

☆ ☆ ☆

៥

សម្តីបើកចំហ

« កុំនិយាយបំបិទផ្លូវខ្លួនឯង »

... ការប្រើពាក្យសម្តីដោយចំហមិនដាច់ណាត់ ជាសិល្បវិធីដ៏សំខាន់ដែលមនុស្សចូលចិត្តប្រើបំផុត ជាពិសេសក្នុងការចរចាមុខជំនួញផ្សេងៗ។

គេប្រើវិធីនេះ ជាយុទ្ធសាស្ត្រសម្រាប់***ដកថយឬវាយលុក*** ដោយក្នុងការចរចាមុខជំនួញនីមួយៗត្រូវកំណត់ដោយលក្ខខណ្ឌផ្សេងៗដូចជា ការគិត និងអារម្មណ៍របស់ភាគីនីមួយៗ ខ្លឹមសារនៃការចរចា និងបរិយាកាសជុំវិញនាពេលនោះ។ ជាញឹកញាប់ ការចរចាក្នុងមុខជំនួញ មានសភាពស្មុគស្មាញ និងអាចប្រែប្រួលគ្រប់កាលៈទេសៈ។

នៅពេលខ្លះ អាចមានសភាពការណ៍ប្រែប្រួល ឬមានរឿងហេតុចាំបាច់កើតមានឡើង ដែលយើងមិនបានគិតស្មានទុកជាមុន ទើបក្នុងការ

ចរចានីមួយៗ យើងត្រូវប្រយ័ត្នប្រយែងពាក្យសម្តីឲ្យបានល្អបន្តិច ដើម្បីទុកចន្លោះសម្រាប់បត់បែនទៅតាមកាលៈទេសៈ។ យើងមិនគួរនិយាយពាក្យដែល **"ដាច់ណាច់"** ពេកនាំឲ្យយើង **មិនអាចដកឃ្លា** ឬ **មិនអាចបង្កើនល្បឿន** ទៅមុខបាននោះឡើយ។

ពាក្យសម្តីដែលមិនដាច់ណាត់ពេក វានឹងជួយឱ្យយើងមានភាពងាយស្រួលក្នុងការបត់បែន។ ក្នុងការចរចានីមួយៗ ប្រសិនបើវាលេចឡើងនូវបញ្ហាស្មុគស្មាញផ្សេងៗទាក់ទងនឹងការជជែកពិភាក្សា ឬមានរឿងរ៉ាវដែលយើងគិតស្មានមិនដល់ ព្រមទាំងមិនអាចសម្រេចចិត្តភ្លាមៗបានទេនោះ ក្នុងករណីនេះ យើងគួរប្រើសម្តី "ប្រយោល" ដែលមិនច្បាស់លាស់ពេក ដើម្បីជៀសវាងពីមុខព្រួញរបស់ភាគីម្ខាងទៀត និងដើម្បីកេងយកពេលវេលាសម្រាប់ត្រិះរិះពិចារណា រកវិធីដោះស្រាយទប់ទល់ជាមួយនឹងគេ។

ឧទាហរណ៍ ដូចជា ក្នុងការចរចាជាមួយប្រតិភូបរទេស ភ្ញៀវដែលអញ្ជើញមកលេង គេបានអញ្ជើញយើងឲ្យទៅបំពេញទស្សនកិច្ចជាមិត្តនៅប្រទេសរបស់គេវិញ។ ក្នុងករណីនេះ បើតាមទំនៀមទម្លាប់ ម្ចាស់ផ្ទះត្រូវតែយល់ព្រមដោយក្តីរីករាយ។ តែភាគច្រើន ដោយសារមានមូលហេតុរាប់រយជំពូក ធ្វើឲ្យយើងមិនអាចកំណត់ពេលបានភ្លាមៗថានឹងទៅថ្ងៃណាឲ្យពិតប្រាកដ ក្នុងស្ថានការណ៍បែបនេះ យើងគួរជ្រើសរើសពាក្យ"ប្រយោល" ឆ្លើយតបទៅវិញ ដូចជា **"ភាគីខាងយើងនឹងរកពេលវេលាដ៏សមរម្យណាមួយដើម្បីទៅធ្វើទស្សនកិច្ចក្នុងប្រទេសរបស់លោក"** ដែលថា "ពេលវេលាដ៏សមរម្យ " អាចជា១ខែទៀត ១ឆ្នាំទៀត ឬក្នុងប៉ុន្មានឆ្នាំទៀត ឬអាចយូរជាងនេះទៀតក៏បានដែរ។

ចម្លើយបែបនេះ អាចឲ្យយើងបត់បែនបានងាយស្រួល។ ការឆ្លើយតបបែបនេះ មិនត្រឹមតែធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតបានពេញចិត្តនោះទេ វាថែមទាំងជួយឲ្យយើងមិនសូវលំបាកដល់ខ្លួនឯងទៀតផង។

ក្នុងករណីខ្លះទៀត យើងត្រូវប្រឈមមុខនឹងការទាមទារ ដែលធ្វើឲ្យយើងពិបាកនឹងឆ្លើយតបបានភ្លាមៗនោះ យើងអាចដោះស្រាយថា ៖

“យើងខ្ញុំនឹងផ្តល់ចម្លើយជូនលោកយ៉ាងឆាប់បំផុត”

“យើងខ្ញុំសុំពេលគិតមើលសិន”

“យើងខ្ញុំនឹងផ្តល់ចម្លើយក្នុងពេលពីរបីថ្ងៃទៀត”។ល។

ពាក្យថា “ឆាប់បំផុត” “គិតមើលសិន” “ក្នុងពេលពីរបីថ្ងៃទៀត” សុទ្ធតែជាពាក្យដែលមានលក្ខណៈអាចឲ្យយើងបត់បែនបានដោយងាយ និងមានចន្លោះប្រហោងគ្រប់គ្រាន់ សម្រាប់ឲ្យយើងបានរៀបចំខ្លួនទាន់ ជួយឲ្យគេចផុតពីការបិទភ្នែកឆ្លើយ រហូតធ្វើឲ្យខ្លួនឯងត្រូវជាប់ចំណោង ដោយសារតែសម្តីដ៏ងាយស្រួលរបស់ខ្លួនឯង។

☆☆☆

☞ *ទោះបីជាអ្នកយល់ថា ខ្លួនបានគិតត្រឹមត្រូវយ៉ាងណាក៏ដោយ*
អ្នកត្រូវតែទុកច្រកសម្រាប់ដើរខ្លះ ក្នុងការនិយាយ
ការសន្យាទាំងបន្ទីបន្ទាន់ អាចជាការចងដៃចងជើងខ្លួនឯង
ការចេះប្រើសម្តីដែលមិនជាប់អន្ទាក់
ជួយឲ្យលោកអ្នកមិនពិបាកទំពាគ្រាប់ស្លែង។
អ្នកគិតធូរ ដល់ពេលធ្វើបែរជាតឹងតែង
ឯអ្នកតឹងតែង ដល់ពេលជាក់ស្តែងបែរជាធូររហុយ ???

បើភ្លាត់ជើងដួលត្រូវឆាប់ក្រោក

បើនិយាយជ្រុលជ្រួស

ត្រូវឆាប់កែជួសឱ្យល្អវិញ។

☆ ☆ ☆

៦

បើនិយាយខុស ត្រូវកែសម្រួលភ្លាម

« និយាយខុសអាចនិយាយសាថ្មី តែសុំកុំចចេស »

✍... រចនាជាអ្នកបម្រើតាមយន្តហោះ។ នាងតែងបានទទួលការអប់រំបណ្តុះបណ្តាលអំពីវិធីនិយាយជាមួយភ្ញៀវជាញឹកញាប់ តែទោះជាយ៉ាងណា នាងក៏នៅមានភ្លាត់ស្នៀតខ្លះៗដោយជៀសពុំរួច។

ថ្ងៃមួយ ពេលកំពុងបម្រើភ្ញៀវលើយន្តហោះដោយលក្ខណៈរវៀសរវៃ ស្វាហាប់ ដែលនាងតែងអនុវត្តជាប្រចាំ នាងបានសួរទៅប្តីប្រពន្ធក្មេងជាជនបរទេសមួយគូថា "តើអ្នកត្រូវការឲ្យខ្ញុំត្រៀមអាហារពិសេសសម្រាប់ឲ្យកូនតូចរបស់អ្នកដែរឬទេ?"

ឪពុករបស់ក្មេងក៏ឆ្លើយថា

" មិនអីទេ! កូនខ្ញុំវាបៅដោះម្តាយបានហើយ "

មិនទាន់ស្ដាប់ប្រយោគចុងក្រោយចប់ស្រួលបួលផង រចនាក៏បន្ត អះអាងយ៉ាងច្បាស់ៗថា “ ចា៎ស! បើពេលណាកូនរបស់អ្នកត្រូវការចៅ អ្នកអាចប្រាប់ខ្ញុំពេលណាក៏បានដែរចា៎ស! “

បុរសជាឪពុកឮដូច្នេះក៏ធ្វើមុខភាំងមួយភ្លែត រួចផ្ទុះសំណើចចេញមក ទើបរចនាដឹងថាខ្លួនបាននិយាយអ្វីខ្លះ។ នាងអៀនឡើងមុខក្រហមផាំង មិនដឹងថាត្រូវកែខ្លួនដូចម្ដេច??? របៀបដូចនេះ គេហៅថា

« ជើរជើងបួនគង់មានភ្លាត់ អ្នកប្រាជ្ញចេះស្ទាត់គង់មានភ្លេច »។

ក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នា មិនថាជាមនុស្សធម្មតា ឬជាអ្នកតូចអ្នកធំ ឬជាអ្នកមានឈ្មោះល្បីល្បាញក្នុងសង្គមនោះទេ ម្នាក់ៗប្រាកដជាមិនចង់ជួបនឹងការភ្លាត់ស្នៀតបែបនេះឡើយ។ ទោះបីជាវាកើតឡើងមកពីមូលហេតុផ្សេងៗគ្នាក៏ដោយ តែលទ្ធផលដែលចេញមក គឺដូចៗគ្នា បើមិនអាម៉ាស់មុខនឹងការសើចចំអក វាក៏អាចនឹងក្លាយទៅជាករណីទំនាស់ វិវាទដែលធ្វើឲ្យយើងត្រូវឈឺក្បាលដោយសារវាផងដែរ។

ប្រសិនបើមានរឿងបែបនេះកើតឡើង តើមានវិធីសម្រាប់ស្រោចស្រង់ការនិយាយច្រឡំ (ឬនិយាយជ្រុល) នេះបានដែរឬទេ?

គឺប្រាកដជាមាន យ៉ាងហោចណាស់ អ្នកត្រូវប្ដូរពាក្យជាបន្ទាន់ ឬបកស្រាយតាមវិធីផ្សេងៗ ដែលលោកអ្នកធ្លាប់ជួបធ្លាប់ដឹងនោះឯង។

✍... ក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រកន្លងមក បុគ្គលល្បីៗខ្លះ ទោះជាមានថ្វីមាត់ក្នុងការនិយាយយ៉ាងណាក៏ដោយ ប្រសិនបើច្រឡំនិយាយជ្រុលមាត់ទៅហើយ ហើយបែរជាមិនព្រមកែពាក្យសម្ដី អ្នកនោះប្រាកដជានឹងអាប់ឱនកិត្តិយស កេរ្តិ៍ឈ្មោះកាន់តែធ្ងន់ឡើងៗដោយជៀសពុំរួច ឧទាហរណ៍ដូចជា នៅក្នុងសម័យកាលបោះឆ្នោតប្រធានាធិបតីសហរដ្ឋអាមេរិកនាថ្ងៃទី 06 10 1976

ក្នុងការប្រាស្រ័យចោទឆ្លើយ វគ្គទី២ រវាងលោកប្រធានាធិបតី **ជេរ៉ល ហ្វដ** ជាមួយលោកប្រធានាធិបតី **ជីមី ខាទ័រ** ដែលជាគូប្រជែងដណ្ដើមតំណែង។ កាលនោះលោក **ហ្វែង** អ្នកយកព័ត៌មាននៃកាសែត ញូវយ៉កថែម បានសួរទៅលោកហ្វដអំពីបញ្ហារបស់ប្រទេសប៉ូឡូញ លោកប្រធានាធិបតីបានឆ្លើយថា " ប្រទេសប៉ូឡូញមិនទាន់ត្រូវបានសូវៀតគ្រប់គ្រងនៅឡើយទេ " និងព្រមទាំងបានបន្ថែមថា " រឿងដែលសូវៀតប្រើអំណាចរបស់ខ្លួនរាតត្បាតមកលើប្រទេសអឺរ៉ុបខាងកើត គឺជារឿងមិនពិត "។ ពាក្យសម្ដីទាំងនេះធ្វើឲ្យអ្នកស្ដាប់គ្រប់គ្នាគេដឹងមួយរំពេចថា គាត់និយាយខុស។ នៅពេលនោះអ្នកកាសែតនាំគ្នាជំទាស់ទាំងអស់គ្នា។ ដំបូងៗ លោក **ហ្វែង** បាននិយាយជារបៀបការទូតក្នុងបំណងឲ្យលោកប្រធានាធិបតីមានឱកាសនិយាយកែខ្លួនមកវិញ "រឿងដែលបានសួរនេះធ្វើឲ្យខ្ញុំហាក់ដូចជាមានអារម្មណ៍មិនល្អសោះ តែអ្វីដែលលោកប្រធានាធិបតីមានប្រសាសន៍អម្បាញ់មិញ បានសេចក្ដីថា លោកអះអាងថា សូវៀតមិនបានប្រើកម្លាំងទ័ពគាបសង្កត់ទៅលើអឺរ៉ុបខាងកើត ដូច្នេះមែនឬ?" ។

កាលនោះ បើលោកប្រធានាធិបតី ហ្វដ មានភាពឈ្លាសវៃគ្រប់គ្រាន់ ហ៊ានទទួលស្គាល់ថា ខ្លួនបាននិយាយខុស ដើម្បីជៀសវាងនូវការរិះគន់ផ្សេងៗ ទើបជាការប្រសើរ។ ប៉ុន្តែគាត់បែរជាគិតថា ក្នុងឋានៈខ្លួនជាអ្នកដឹកនាំ បើហ៊ានទទួលកំហុសនៅចំពោះមុខសាធារណជនទូទាំងប្រទេសដែលកំពុងស្ដាប់ការផ្សាយបន្តផ្ទាល់បែបនេះ វាអាចនឹងផ្ដល់ផលមិនសូវល្អ។ ហេតុនេះ គាត់ក៏នៅតែក្រាញ ប្រកាន់យកទៅតាមពាក្យសម្ដីដើមរបស់គាត់ទាញឲ្យគាត់មានកំហុសកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរថែមទៀត។ ឯលទ្ធផលគឺ

"លោកហ្វដ ត្រូវចំណាយដល់ការខូចខាតយ៉ាងធំធេងមហាសាល អំពីអ្វីដែលគាត់បានធ្វើខុសនាពេលនោះ"។

សារព័ត៌មានផ្សេងៗបានចុះផ្សាយវាយប្រហារ ទិតៀន រិះគន់អំពីអ្វីដែលលោកហ្វដ បានធ្វើខុសនាពេលនោះ ជាបន្តបន្ទាប់ដោយឥតសំចៃ។

ពួកគេបានដាក់ជាសំណួរថា

" តើគាត់ល្ងង់មែន ឬមួយគាត់ចបេសដូចក្របី? "

ចំណែកឯលោក **ខាទ័រ** ដែលជាគូប្រជែង បានឆ្លៀតឱកាសលើកយករឿងនោះមកនិយាយជាបន្តបន្ទាប់រហូតដល់ក្លាយទៅជាប្រធានបទមួយដ៏ក្ដៅគគុកនាពេលនោះ។

ពេលដែលគូសន្ទនាវាយប្រហារមកលើចំណុចសំខាន់ៗរបស់ខ្លួន អ្នកដែលមានថ្វីមាត់កំពូលៗគេនឹងមិនខំប្រកែកយកឈ្នះដាច់អហង្ការនោះទេ តែគេឆ្លើយតបដោយការញញឹម ផង់ក្បាល ឬមួយទះដៃស្រាលៗទៅវិញ។ ការធ្វើបែបនេះ នាំឲ្យអ្នកស្ដាប់ មិនអាចដៅបានពិតប្រាកដថា យើងកំពុងគិតពីអ្វី? អ្នកខ្លះអាចយល់ថា យើងកំពុងយល់ស្របតាមការពិត ឬអ្នកខ្លះទៀតអាចយល់ឃើញថា យើងមានចិត្តទូលំទូលាយ មិនចង់ប្រកែកជាមួយនឹងរឿងដែលមិនមានតម្លៃសមគួរឲ្យប្រកែក។ ឯចំពោះការពិតដែលយើងព្រមទទួលស្គាល់ឬមិនទទួល វាក៏នៅតែជាអាថ៌កំបាំងដែលមិនមាននរណាអាចស្មានដឹងច្បាស់បានឡើយ។ អ្នកសន្ទនាដែលឈ្លាសវៃ ទោះជាគេទទួលរងការវាយប្រហារពីសំណាក់គូប្រជាំងយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏គេនៅតែអាចជ្រើសរើសពាក្យសម្ដីយកមកនិយាយឲ្យបានល្អដែរ គេគ្រាន់តែធ្វើមុខញញឹមៗ ហើយនិយាយថា "អ្នកពូកែនិយាយណាស់" វាក៏បានធូរស្រាលខ្លះដែរ។

បើយើងប្រៀបធៀបជាមួយលោកប្រធានាធិបតី **រ៉ូណាល់ រីហ្គេន** យើងឃើញថា គាត់អាចកែប្រែស្ថានការណ៍បានល្អជាងឆ្ងាយណាស់។ នាពេលមួយ គាត់បានទៅធ្វើទស្សនកិច្ចនៅប្រទេសប្រេស៊ីល។ក្នុងពិធីជប់លៀងដែលម្ចាស់ផ្ទះរៀបចំទទួល និងដោយសារតែការហត់នឿយ អស់កម្លាំងមកពីការធ្វើដំណើរឆ្ងាយ គាត់ក៏ភ្លាត់មាត់និយាយថា

" អស់លោក លោកស្រីជាទីរាប់អាន!... ខ្ញុំមានសេចក្តីរីករាយជាខ្លាំងដែលបានមកធ្វើទស្សនកិច្ចក្នុងប្រទេសបូលីវៀ "

ពេលនោះ មានអ្នកលួចខ្សឹបប្រាប់ថា លោកនិយាយខុសហើយ គាត់ក៏កែសម្រួលពាក្យសម្តីភ្លាមៗថា

" សូមមេត្តាអធ្យាស្រ័យ មួយរយៈមុនមកនេះ ខ្ញុំទើបតែបានទៅលេងនៅប្រទេសបូលីវៀ "។

ទោះបីជាលោក **រីហ្គេន** គាត់មិនធ្លាប់បានទៅលេងប្រទេសបូលីវៀក៏ដោយ នៅពេលដែលមនុស្សមិនទាន់មានប្រតិកម្មអ្វីតបត គាត់អាចលុបលាងពាក្យសម្តីដែលគាត់និយាយជ្រុលជ្រួសបានយ៉ាងរលូន។ វិធីនិយាយលុបលាងអំពីការប្រាប់ឈ្មោះទីកន្លែងខុស ប្រាប់ម៉ោងពេលខុស គឺជាការជួយឲ្យយើងគេចផុតពីក្តីអាម៉ាស់បានមួយកម្រិត។ ប្រការសំខាន់ យើងត្រូវដឹងពីកំហុសឲ្យបានទាន់ពេលវេលា ហើយត្រូវមានសិល្បវិធីក្នុងការប្រើពាក្យសម្តីឲ្យបានល្អ ដើម្បីកែសម្រួលស្ថានការណ៍នោះផងដែរ។

ក្នុងការអនុវត្ត ពេលដែលជួបនឹងស្ថានការណ៍បែបនេះ យើងសូមបង្ហាញនូវវិធីបីយ៉ាង សម្រាប់លោកអ្នកពិចារណា ៖

១- វិធីរុញចេញ : យើងទម្លាក់ពាក្យខុសនោះទៅលើអ្នកដទៃ ដូចជា " អ្វីដែលបាននិយាយមកអម្បាញ់មិញនេះ គឺជាទស្សនៈរបស់អ្នកខ្លះ តែចំពោះខ្ញុំវិញ ខ្ញុំយល់ឃើញថា... "។ ធ្វើបែបនេះ អាចឲ្យយើងដកពាក្យដែលច្រឡំចេញ និងកែសម្រួលសាជាថ្មី ទោះជាភាគីម្ខាងទៀតគេយល់បែបណាក៏ដោយ ក៏គេមិនអាចចាប់កំហុសលោកអ្នកបានដែរ។

២- វិធីបង្វែរអត្ថន័យ : ចាប់បំបែរពាក្យខុសចេញ មានន័យថា បើដឹងថានិយាយខុស យើងគួរបន្ថែមពាក្យថា " ប៉ុន្តែ ប្រការដែលត្រឹមត្រូវគួរតែ... " ឬមួយថា " ប្រយោគដែលខ្ញុំនិយាយអម្បាញ់មិញ គួរបន្ថែមថា... " នោះវាជួយធ្វើឲ្យយើងអាចបង្វែរពាក្យខុសចេញបានម៉្យាងដែរ។

៣- វិធីទទួលស្គាល់ ហើយប្តូរសម្តី ៖ ពេលដឹងថានិយាយខុស ក៏ទទួលស្គាល់តែម្តងទៅ ហើយប្តូរវាឲ្យត្រូវមកវិញជាក៏ការស្រេច ទោះជាខ្នាសតិចតួច តែវាមិនធ្វើឲ្យស្ថានការណ៍កាន់តែអាក្រក់ផងថ្វាយតទៅទៀត។

✍...ជាច្រើនសតវត្សមកហើយ សំណួរមួយបែបដ៏សំខាន់ ដែលបណ្តាមេទ័ពទាំងឡាយតែងសួរគ្នាជាប្រចាំគឺ តើមានវិធីណាដែលជួយកាត់បន្ថយការខូចខាតបានប្រសើរបំផុត ក្នុងពេលដែលសត្រូវកំពុងតែឡោមព័ទ្ធ? តើត្រូវផ្អាកសកម្មភាពដើម្បីរៀបយុទ្ធសាស្ត្រថ្មី? ឬសុំជំនួយ? ឬដកថយ? ក្នុងរឿងនេះ អ្នកជំនាញការខាងយោធាភាគច្រើន បានមានមតិដូចៗគ្នាថា "វិធីដ៏ប្រសើរបំផុត គឺត្រូវវាយសម្រុកការពារខ្លួន និងវាយបកទៅលើសត្រូវឲ្យបានឆាប់ជាទីបំផុត និងឲ្យអស់ពីលទ្ធភាពដែលអាចធ្វើទៅបាន"។

ថ្វីត្បិតតែការបន្ទាយពេលវេលា វាអាចជួយឲ្យមានការធូរស្រាលបានយ៉ាងល្អ តែការបន្ទាយពេល ក៏អាចធ្វើឲ្យអារម្មណ៍មិនល្អ កាន់តែរីករាលដាលធ្ងន់ធ្ងរផងដែរ។ ហេតុនេះ វិធីដ៏ល្អបំផុត គឺការបន្ធូរបរិយាកាសឲ្យបានធូរស្រាលក្នុងពេលដ៏ខ្លីបំផុតនោះឯង។ ការឱបបញ្ហាទុកកាន់តែយូរ វាកាន់តែធ្វើឲ្យស្ថានការណ៍រឹតតែអាក្រក់ឡើងថែមទៀត។

ឧទាហរណ៍ អ្នកបាននិយាយរឿងមិនល្អរបស់អ្នកណាម្នាក់ដោយអចេតនា ហើយរឿងនោះក៏បានឮទៅដល់សាមីខ្លួន។ ក្នុងករណីនេះ អ្នកគួរប្រញាប់បន្ធូរបន្ថយទម្ងន់របស់ពាក្យដែលអ្នកបាននិយាយជាបន្ទាន់ដូចជា បកស្រាយថា "ខ្ញុំមិនបានថាអ្នកមករំខានខ្ញុំទេ តែខ្ញុំចង់និយាយថាអ្នកនៅជុំវិញទាំងអស់គ្នាជាអ្នករំខាន " ។ ពាក្យនេះ អាចជួយសម្រាលស្ថានការណ៍បានមួយកម្រិត ព្រោះគេបានឮពីអ្នកដទៃ មិនមែនឮពីមាត់ផ្ទាល់របស់អ្នកទេ ហេតុនេះ ការព្រួតគ្នាវាអាចជាការយល់ច្រឡំបានដែរ។ ការនិយាយប៉ះទៅលើមនុស្សច្រើន វានឹងជួយសម្រាលទម្ងន់ កុំឲ្យវាធ្ងន់ធ្ងរហួសពេក។

ក្នុងការកែសម្រួលស្ថានការណ៍ នៅពេលដែលយើងជ្រុលនិយាយដោយចេតនាក្តី ឬអចេតនាក្តី អ្នកអាចធ្វើតាមដំណាក់កាលខាងក្រោម ៖

១-បង្វែររឿងបុគ្គលឱ្យទៅជារឿងរួម : ប្តូរការប្រឈមមុខរវាងបុគ្គលទៅជាការប្រឈមមុខនឹងបញ្ហាទូទៅដូចជា “ មិនមែនខ្ញុំមិនចូលចិត្តទំអនឡមរបស់អ្នកទេ តែការពិតមកពីខ្ញុំមិនចូលចិត្តញ៉ាំជាតិជំណើបនោះឯង “ ពេលដែលគេយល់ថា យើងមិនបានប្រឈមមុខដោយផ្ទាល់ជាមួយគេ គេក៏មិនអាចខឹងនឹងអ្នកកើតដែរ។ ការដែលបង្វែរឲ្យគំនិតរបស់យើងប៉ះពាល់ដល់រូបគេតិចបំផុត វាអាចជួយឲ្យគេមិនសូវឈឺចាប់នឹងសម្តីរបស់អ្នកតទៅទៀត។

២-សុំអភ័យទោស និងទទួលកំហុស :ការដែលយើងសុំទោសក្រោយពេលដែលយើងបដិសេធរួចហើយ វាប្រសើរជាងការសុំទោសមុនពេលបដិសេធ ព្រោះថា ក្រោយការបកស្រាយ គេនឹងវាយតម្លៃកំហុសស្រាលជាងពេលមិនបានបកស្រាយ និងក្រៅពីនោះ ពាក្យសុំទោស គឺជាការបង្កប់ន័យថា អ្នកខុសគឺរូបអ្នក ឯរូបគេមិនបានធ្វើខុសទេ។ នេះជាការជួយបន្ថយភាពសៅហ្មងបានថែមមួយកម្រិតទៀតផងដែរ។

៣-ព្យាយាមភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងគ្នាវិញតាមធម្មតា : ក្រោយពីពេលសុំទោសរួចហើយ អ្នកគួររកពេលនិយាយជាមួយគេឲ្យបានច្រើន និងបង្ហាញនូវការសោកស្តាយពីការដែលមានភាពល្អក់កករ តែអ្នកក៏មិនគួរគិតឲ្យវាទៅជារឿងធំដុំពេកនោះឡើយ។ ក្នុងករណីខ្លះអ្នកគួរបង្ហាញឬបង្កើតអ្វីៗដែលជាការបញ្ជាក់ពីការទុកចិត្តនឹងគ្នាឡើងវិញ ឬអ្នកអាចស្នើឲ្យគេបញ្ចេញជាគំនិតខ្លះៗក្នុងការចងសម្ព័ន្ធមេត្រីឡើងវិញ។

☆☆☆

☞ មនុស្សគ្រប់រូប មិនមាននរណាដែលល្អឥតខ្ចោះនោះទេ
តែយើងក៏មិនត្រូវបណ្ដោយឲ្យខុសកាន់តែជ្រៅដែរ។
ដឹងថាខុស ឆាប់កែតម្រូវ គឺជាទម្លាប់ដ៏ល្អរបស់មនុស្សឆ្លាត។
រនាបបាក់យករនាបជួស សម្ដីហួសក៏ជួសបាន ឲ្យតែឆាប់ជួស។
ការហ្វឹកហាត់ នឹងជួយឲ្យអ្នកចេះជួសយ៉ាងស្ទាត់ជំនាញ។
បើមិនរៀនជួស ប្រយ័ត្នសម្ដីហួសទាញឲ្យធ្លាក់ជ្រោះងើបមិនរួច។

បើអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងអាចធ្វើសាជាថ្មីបាន

អ្វីៗទាំងនោះ ក៏គួរតែធ្វើឱ្យបានល្អជាងមុន។

Could everything be done twice
Everything would be done better.

សុភាសិតអាល្លឺម៉ង់

ចូរបង្ហាញឱ្យឃើញថា អ្នកជាមិត្តល្អជាមុនសិន
មុននឹងអ្នកស្វែងរកមិត្ត។

Prove a friend before you seek him.

សុភាសិតអៀកឡង់

☆☆☆

៧

ប្រែសត្រូវឱ្យក្លាយជាមិត្ត

« បើអ្នកនិយាយពីរោះស្ដាប់ ដោយចេតនាបរិសុទ្ធ
តើមាននរណាចង់ធ្វើសត្រូវជាមួយអ្នកទៀតឬ? »

✍... មានពំនោលមួយពោលថា

"ចូរធ្វើតែកិច្ចការរបស់ខ្លួនអ្នកចុះ កុំទៅខ្វល់បង្កសត្រូវ ច្បាប់ធម្មជាតិនឹងមកចាត់ការជំនួសយើងជាមិនខាន"

ការសន្ទុំរឿងជាមួយសត្រូវ ធ្វើឱ្យយើងខាតបង់ពេលវេលា និងខាតបង់កម្លាំងកាយចិត្តដោយឥតប្រយោជន៍។ ការដែលយើងមិនរវល់នឹងគេក៏មិនមែនបានន័យថា គេមិនរវល់នឹងយើងដែរ។

ប្រសិនបើសត្រូវគេចេះតែមកសន្ទុំរឿង តើអ្នកគួរធ្វើដូចម្ដេច?

បុរសម្នាក់ទើបនឹងទិញដីមួយកន្លែង។ ថ្ងៃមួយ ពេលគេកំពុងដើរពិនិត្យព្រំដីដែលទើបនឹងទិញនោះ ម្ចាស់ដីដែលមានព្រំរបងជាប់គ្នាបានមកតវ៉ាថា " អ្នកកុំទាន់ពិនិត្យព្រំដីអី ចាំនិយាយគ្នាសិន ដីនេះនៅមានក្តីក្តាំជាមួយខ្ញុំមិនទាន់ដាច់ស្រេចនៅឡើយទេ របងអ្នកឯងចូលមកខាងដីខ្ញុំដល់ទៅជាងពីរម៉ែត្រឯណោះ "

នេះជាចំណុចចាប់ផ្តើមដែលអាចបង្កឲ្យទៅជាទំនាស់ ហើយវាក៏អាចក្លាយទៅជាជម្លោះរាលដាលរហូតដល់រាប់តំណមនុស្សទៅមុខទៀត ប្រសិនបើយើងមិនចេះដោះស្រាយ។

ប៉ុន្តែម្ចាស់ដីថ្មី បែរជាញញឹមដាក់ ហើយឆ្លើយថា

" ក្នុងចិត្តរបស់ខ្ញុំ បើទៅដល់ទីណា ខ្ញុំនឹងសន្សំមិត្តនៅទីនោះ ខ្ញុំត្រូវការឲ្យមានភាពអធ្យាស្រ័យរវាងគ្នានឹងគ្នាជាមួយអ្នកជិតខាង ហើយខ្ញុំរំពឹងថា នៅថ្ងៃក្រោយ យើងមុខជាក្លាយមកជាអ្នកជិតខាងដែលល្អនឹងគ្នា ហេតុនេះ បើយល់ថាព្រំត្រឹមណាត្រឹមត្រូវ ចូរអ្នករំកិលឲ្យត្រូវចុះ ហើយខ្ញុំនឹងចេញប្រាក់ចាយវាយផ្សេងៗក្នុងកិច្ចការនេះ។ ខ្ញុំរីករាយនឹងធ្វើនូវអ្វីដែលជួយឲ្យអ្នកបានសប្បាយចិត្ត "

ទីបំផុត របងដីក៏នៅតែដដែលឥតមានរើរុះទៅណា អាចមកពីអ្នកដែលចង់តាំងខ្លួនជាសត្រូវ គេប្តូរចិត្តទៅវិញ។ ថ្ងៃក្រោយមក អ្នកជិតខាងទាំងពីរនាក់បានក្លាយជាមិត្តនឹងគ្នា និងមានចំណងមេត្រីល្អជាមួយគ្នាតទៅ។

"ផ្លូវចិត្ត មានអំណាចធំជាងរបងផ្ទះ"

✍... ថ្ងៃមួយ...ម៉ោងដប់យប់ទៅហើយ...ដោយការហត់នឿយមកពីថ្ងៃ ខ្ញុំសម្រាកលក់មួយស្រឡេតទៅហើយ ស្រាប់តែទូរស័ព្ទខ្ញុំបន្លឺរ៉ឹង..ឡើង ខ្ញុំលើកទូរស័ព្ទទាំងសើងមម៉ើងទើបដឹងថា បុគ្គលិកធ្វើការរបស់ខ្ញុំ គេទូរស័ព្ទ

មកពីភោជនីយដ្ឋាន

" លោកពូ! មានភ្ញៀវម្នាក់គាត់ឲ្យក្រដាស១០០ដុល្លារសេរីចាស់មួយសន្លឹក ខ្ញុំសង្ស័យថាជាលុយក្លែងក្លាយ ហើយសុំដូរលុយផ្សេង តែគាត់មិនព្រមដូរឲ្យទេ ព្រមទាំងរករឿងសម្លុតពួកខ្ញុំទៀតថា ខ្ញុំមើលងាយគាត់ "

ខ្ញុំឲ្យកូនចៅប្រាប់ទៅគាត់វិញថា ឲ្យគាត់ចាំមួយភ្លែត ហើយខ្ញុំក៏ស្លៀកពាក់ទាំងបន្ទីបន្ទាន់ធ្វើដំណើរទៅភោជនីយដ្ឋាន។ ពេលទៅដល់ ខ្ញុំដើរសំដៅទៅរកគាត់ទាំងទឹកមុខញញឹម

" យ៉ាងម៉េចទៅបងប្រុស មានបញ្ហាអ្វីឬ? "

" ពួកវាចោទថាខ្ញុំចាយលុយក្លែងក្លាយ វាមើលងាយខ្ញុំ ធ្វើឲ្យខ្ញុំខ្មាសគេ ខ្ញុំមិនសុខចិត្តទេ! "

ខ្ញុំនិយាយតបទៅគាត់វិញ

" ខ្ញុំគិតថា **ប្រាក់របស់បងពិតជាសុទ្ធត្រឹមត្រូវ** តែដោយពួកខ្ញុំគ្មានជំនាញក្នុងការពិនិត្យក្រដាសប្រាក់សេរីចាស់បែបនេះ ទើបខ្ញុំសុំឲ្យបងអធ្យាស្រ័យដល់ពួកខ្ញុំថា ព្រឹកស្អែក ខ្ញុំនឹងយកលុយនេះទៅឲ្យកន្លែងដូរលុយគេជួយពិនិត្យថាតើវាពិតជាត្រឹមត្រូវដូចខ្ញុំគិតដែរឬទេ? ចំណែកលុយបងដែលនៅសល់ ខ្ញុំនឹងអាប់ជូនបងនៅថ្ងៃស្អែក ខ្ញុំធ្វើលិខិតថាបានទទួលលុយពីបង ព្រមទាំងកត់លេខលុយនេះទុកជាសម្គាល់ព្រមទាំងលេខទូរស័ព្ទរបស់បង "។

ភ្ញៀវនោះក៏ព្រមតាមសំណើរបស់ខ្ញុំ។ ព្រឹកឡើងកន្លែងដូរលុយបានបញ្ជាក់ថា លុយគាត់ពិតជាលុយសុទ្ធ គ្រាន់តែវាជាសេរីចាស់និងទក់បន្តិច។

អ្វីៗក៏រៀបរយតាមដែលបានគ្រោងទុក។ ថ្ងៃក្រោយមកទៀត ភ្ញៀវនោះនៅតែជាភ្ញៀវរបស់ហាងខ្ញុំជាដដែល។

ស្នាមញញឹម និងការផ្តល់កិត្តិយស គឺជាស្ពានមុខដ៏សំខាន់ជួយប្រែក្លាយសត្រូវឱ្យមកជាមិត្ត។

... នាឆ្នាំ១៨៥៨ លោក អាប្រាហាម លិងខូលន៍ បានឈរឈ្មោះបោះឆ្នោតជាសមាជិកសភាសហរដ្ឋអាមេរិក។ គាត់បានដើរឃោសនានៅទីក្រុងធំៗទូទាំងប្រទេស។ ថ្ងៃមួយគាត់បានធ្វើដំណើរមកដល់រដ្ឋ អ៊ីលីណយ ដែលស្ថិតនៅភាគខាងត្បូងនៃផ្ទៃប្រទេស។

ក្នុងសម័យនោះ សេដ្ឋកិច្ចក្នុងរដ្ឋអ៊ីលីណយ នៅមិនទាន់រីកចម្រើនប៉ុន្មានទេ។ អ្នកតំបន់នោះ នៅតែប្រើប្រាស់ពួកទាសករជាទូទៅនៅឡើយ។ លោកលិងខូលន៍បានប្រកាន់យកគោលជំហរបំបាត់របបទាសករជាដាច់ខាត ធ្វើឲ្យម្ចាស់ស្រែចម្ការនៅរដ្ឋ អ៊ីលីណយ នាំគ្នាស្អប់គាត់ជាខ្លាំង ព្រោះគាត់ជាអ្នកមេគំនិតដែលនាំឲ្យខូចខាតប្រយោជន៍របស់ពួកគេ។ ពួកគេបាននាំគ្នាប្រកាសយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់ថា នឹងប្រឆាំងជាដាច់ខាតជាមួយ លិងខូលន៍។

លិងខូលន៍ បានដឹងរឿងនេះរួចមកហើយ តែគាត់យល់ថា

"មនុស្ស គ្មានអ្វីដែលមិនអាចនិយាយគ្នាបាននោះឡើយ"

ហេតុនេះ គាត់ក៏សម្រេចចិត្តចុះមកឃោសនាតាមកាលកំណត់។

គាត់ប្រើយុទ្ធសាស្ត្រមួយដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា។ គាត់បានទៅជួបនឹងក្រុមមេដឹកនាំពួកប្រឆាំងជំទាស់ ដែលមិនយល់ស្របតាមគាត់ និងជួបសន្ទនាតទល់យ៉ាងចំត្រង់ៗជាមួយអ្នកទាំងនោះ ព្រមទាំងបានផ្លាស់ប្ដូរមតិយោបល់មួយចំនួនរវាងគ្នាទៅវិញទៅមកទៀតផង។

ដល់ថ្ងៃដែលត្រូវធ្វើអត្ថាធិប្បាយ មានមនុស្សមកចូលរួមស្ដាប់យ៉ាងច្រើនកុះករភ្លូកទឹកភ្លូកដី។ មានអ្នកប្រឆាំងជាច្រើន បានយកកាំភ្លើងខ្លីព្រមទាំងកាំបិតមុខស្រួចមកជាមួយផងដែរ។ បរិយាកាសនៅពេលនោះមានសភាពតានតឹងគួរឲ្យបារម្ភ តែលោកលិងខូលន៍ នៅតែឡើងថ្លែងសុន្ទរកថាដោយមិនរំដើបរំជួលអ្វីទាំងអស់។

"បងប្អូនអ្នកស្រុកអ៊ីលីណយ ខេនតាក់គីនិងមីស្សួរីទាំងអស់គ្នា! ខ្ញុំបានឮថា... បងប្អូនមួយចំនួននៅទីនេះ មានចេតនាតាំងខ្លួនធ្វើជាសត្រូវ

ជាមួយនឹងខ្ញុំ! ខ្ញុំមិនយល់ទេថា ហេតុអ្វីក៏ទៅជាដូច្នេះទៅវិញ? ខ្លួនខ្ញុំក៏ជាប្រជាជនម្នាក់ដូចអស់លោកអញ្ចឹងដែរ... គឺជាប្រជាជនសាមញ្ញធម្មតាម្នាក់ដែលអាចបញ្ចេញមតិយោបល់ពិតប្រាកដរបស់ខ្លួន ហេតុអ្វីក៏អស់លោកអាចធ្វើបាន? ឯខ្ញុំទៅជាធ្វើមិនបាន?

បណ្ដាមិត្តទាំងឡាយ! មិនមែនដូចអ្វីដែលលោកអ្នកគិតនោះទេ! ខ្ញុំមិនបានមកជ្រៀតជ្រែករឿងរ៉ាវរបស់អ្នកណាទ្បើយ! ខ្ញុំក៏ជាសមាជិកម្នាក់របស់អស់លោកដែរ ខ្ញុំកើតនៅខេនតាក់គី ធំធាត់នៅអ៊ីលីណយ ធ្លាប់បានតស៊ូយ៉ាងលំបាកក្នុងជីវិត មិនខុសពីអស់លោកភាគច្រើននៅទីនេះនោះទេ! ខ្ញុំយល់ពីអារម្មណ៍របស់អស់លោកអ្នក! តែខ្ញុំសុំសំណូមពរម្យ៉ាង! សុំលោកអ្នកមេត្តាអធ្យាស្រ័យលះបង់ពេលវេលាឲ្យខ្ញុំបានរៀបរាប់បន្តិច!... នោះលោកអ្នកប្រាកដជានឹងបានយល់ថា... ខ្ញុំមកទីនេះពុំមានបង្កផលវិបាកអ្វីដល់អស់លោកទ្បើយ ហើយខ្ញុំជឿជាក់ថា លោកអ្នក ក៏នឹងមិនបង្ករឿងអ្វីដល់ខ្ញុំវិញដែរ...

មិត្តរួមស្រុកទាំងអស់គ្នា យើងគួរតែជាមិត្តនឹងគ្នា! ខ្ញុំចង់ក្លាយខ្លួនទៅជាមនុស្សទន់ភ្លន់សុភាពរាបសាបំផុតម្នាក់នៅលើលោកយើងនេះ!... ហេតុនេះ ខ្ញុំសុំអង្វរករអស់លោកដោយសុទ្ធចិត្ត... សូមអស់លោកអនុញ្ញាតឲ្យខ្ញុំបាននិយាយបន្តិចបន្តួចផងចុះ!... អស់លោកសុទ្ធតែជាមនុស្សក្លាហានហ៊ាននិយាយការពិត ត្រង់ទៅត្រង់មក លោកអ្នកប្រាកដជាមិនបដិសេធទេមែនទេ? ដូច្នេះយើងនាំគ្នាបង្ហាញពីមតិយោបល់ឲ្យបានប្រាកដប្រជាទៅលើបញ្ហាដ៏ក្ដៅគគុកមួយ តើជាការល្អដែរឬទេ?..."

អាំងត្រូឌុចស្យុង (សេចក្ដីផ្ដើម) ដែលមាន "ភាពជាគ្នាឯង" បានផ្ដល់លទ្ធផលដ៏ល្អហួសពីការស្មាន។ ភាពជាសត្រូវដែលមានពីដំបូងៗត្រូវរលាយបាត់អស់ អ្វីដែលគាត់បានទទួលជំនួស គឺស្នូរទះដៃយ៉ាងរំពង។

គោលបំណងរបស់លោកលិងខូលន៍ គឺដើម្បីឲ្យមហាជនបានស្ដាប់ការថ្លែងសុន្ទរកថារបស់គាត់។ គាត់បានលើកអំពី

"អ្នករួមស្រុកជាមួយគ្នា"

"អ្នកមានសិទ្ធិបញ្ចេញយោបល់ដូចគ្នា"

"អ្នកធ្លាប់ទទួលការលំបាកដូចគ្នា"...

"ការមិនបង្កផលវិបាកដល់គ្នា"

ជៀសវាងការប្រឈមមុខដាក់គ្នា ធ្វើឲ្យអ្នកប្រចាំងបានស្ងប់ចិត្ត ជួយឲ្យគាត់ឡើងថ្លែងសុន្ទរកថាបានយ៉ាងជោគជ័យនាពេលនោះ។

☆☆☆

☞ *បើអ្នកដាក់ខ្លួន មិនព្យាយាមយកប្រៀបលើគេ*
បើអ្នកមិនជាប់ជំពាក់នឹងអត្តារបស់ខ្លួន
បើអ្នកពុំមានចេតនាចង់បង្កសត្រូវ កុំថាឡើយមនុស្ស
សូម្បីតែសត្វ ក៏អ្នកអាចយកវាមកធ្វើជាមិត្តបានដែរ។
ដើម្បីឲ្យសត្រូវក្លាយជាមិត្ត
មានវិធីងាយៗមួយ៉ាង ដែលអ្នកគួរសាកល្បងគឺ
បំបាត់កិលេសរបស់អ្នកជាមុន
ស្វែងយល់ពីផលវិបាកនៃអវិជ្ជា
រួចបង្កើនក្ដីមេត្តាករុណាឲ្យកាន់តែខ្ពស់
ពេលនោះ អ្នកនឹងមើលឃើញថា
ជីវិត ពិតជាពុំមានអ្វីគួរឲ្យវេទនាសោះឡើយ។

អ្នកអាចបោកប្រាស់ប្រជាជនខ្លះ បានគ្រប់ពេល
ហើយអាចបោកប្រាស់ប្រជាជនទាំងអស់ ក្នុងពេលខ្លះ
តែអ្នកមិនអាចបោកគេទាំងអស់គ្នា បានគ្រប់ពេលឡើយ។

You can fool some of the people all the time
and all the people some of the time;
but you can't fool all the people all the time.

អាប្រាហាម លិងខុលន៍ – Abraham Lincoln

ពាក្យអាក្រក់

ទោះជាមិនត្រូវនឹងដំបង ក៏អាចក្តួតឈាម។

ពាក្យសរសើរ

ធ្វើឱ្យភាពរងាទៅជាកក់ក្តៅ។

ជួនកាលពាក្យល្អតែមួយឃ្លា

ក៏អាចកែប្រែជីវិតមនុស្សបានដែរ។

☆ ☆ ☆

៨

វិធីលើកសរសើរ

« គ្រាន់តែសរសើរមនុស្ស មានអស់ថ្លៃឯណា? »

... **សម្រាប់នារីៗ** ពាក្យសរសើរមានសារៈសំខាន់ជាខ្លាំង ព្រោះថាស្ត្រី ជាភេទដែលឲ្យតម្លៃខ្ពស់ទៅលើការទទួលដឹង និងអារម្មណ៍។

សម្រាប់កុមារ ពាក្យសរសើរផ្តល់កម្លាំងចិត្ត គឺជាគ្រឹះដ៏រឹងមាំក្នុងការបណ្តុះភាពជឿជាក់ដល់ក្មេង។ ក្មេងតូចៗនៅមិនទាន់មានភាពក្លាហានឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ ហេតុនេះការសរសើរលើកទឹកចិត្តនឹងជួយបណ្តុះឲ្យគេដុះដាលនូវបុគ្គលិកលក្ខណៈល្អៗ ដែលជាប្រយោជន៍សម្រាប់អនាគតរបស់គេ។ ម្តាយវ័យក្មេងម្នាក់ បាននិទានរឿងរ៉ាវដ៏មានប្រយោជន៍មួយថា នាងជាម្តាយម្នាក់ដែលជាក់លក្ខខណ្ឌយ៉ាងតឹងរ៉ឹងចំពោះកូនស្រី ពេលណាកូនធ្វើអ្វីខុសតែបន្តិច នាងក៏ស្តីបន្ទោសភ្លាមដោយឥតសំចៃមាត់។ ថ្ងៃមួយ

កូននាងមិនបានធ្វើអ្វីខុសទាល់តែសោះ ក្រោយពេលដែលយកកូនទៅដាក់ឲ្យគេផ្ងូចមក នាងក៏ដើរត្រឡប់មកវិញ ស្រាប់តែកូននាងស្រែកយំហ៊ូឡើង។ នាងក៏ដើរបកទៅសួរកូនវិញ

" កូនមានរឿងអី? "

កូនយំយកមុខជួប់នឹងខ្នើយ

" ម៉ែ!...ថ្ងៃនេះកូនមិនមែនជាកូនល្អទេឬ? "

ពេលឮកូនសួរដូច្នេះ នាងសែនរន្ធត់ចិត្តស្ទើរទន់ជង្គង់ ហើយនឹកឃើញក្នុងចិត្តថា

" ពេលកូនធ្វើអ្វីខុស ខ្ញុំមិនដែលលើកលែងឡើយ តែពេលដែលកូនខំព្យាយាមធ្វើល្អ ខ្ញុំបែរជាធ្វើមិនដឹងមិនឮ សូម្បីតែពាក្យសរសើរមួយម៉ាត់ក៏មិនហ៊ានផ្ដល់ឱ្យគ្នាដែរ "។

ចំពោះខ្លួនអ្នកវិញ តើអ្នកគិតឃើញដូចម្ដេច?

✍...**ការចាប់កំហុស** : *និស្ស័យធម្មជាតិរបស់មនុស្សយើង ពេលឃើញនរណាខុសអ្វីបន្តិចបន្តួច គេក៏នឹកឃើញចាប់កំហុសភ្លាម តែបើខ្លួនឯងធ្វើខុស គេបែរជារកវិធីបិទបាំងទៅវិញ។*

ការទិតៀនចាប់កំហុស ទោះជាក្នុងបំណងល្អបែបណាក៏ដោយ អ្នកចាំបាច់ត្រូវប្រមើលមើលពីនិស្ស័យចិត្តថ្លើមរបស់អ្នកនោះជាមុនសិនដែរ។

ពេលខ្លះ ការទិតៀនចាប់កំហុស ពុំបានផ្ដល់ផលប្រយោជន៍អ្វីដល់យើងឡើយ ហើយបែរជាជំរុញអ្នកដែលត្រូវគេទិតៀនឲ្យរកវិធីវាយបកត្រឡប់មកវិញ។ ហេតុនេះ អ្នកត្រូវប្រយ័ត្នប្រយែងអំពីខ្លួនឯងជាមុន ល្អជាជាងការចាំតែចាប់កំហុសអ្នកដទៃ។

✍... **គួរចេះលើកសរសើរដោយសុទ្ធចិត្ត :** ប្រសិនបើយើងចង់ឲ្យអ្នកដទៃធ្វើកិច្ចការអ្វី អ្នកត្រូវចេះលើកសរសើរគេដោយសុទ្ធចិត្ត។

មនុស្សម្នាក់ៗតែងចូលចិត្តឲ្យអ្នកដទៃលើកតម្កើង មិនចូលចិត្តការបន្ទាប់រិះគន់ឡើយ។ ក្នុងជម្រៅចិត្តរបស់គេតែងប្រាថ្នានូវអ្វីដែលល្អៗ។ ការផ្តល់ភាពសំខាន់ពីអ្នកដទៃ មានទំហំធំជាងមាសប្រាក់ទ្រព្យសម្បត្តិទៅទៀតម្ល៉ោះហើយ បើអ្នកណាអាចតបស្នងដល់សេចក្តីស្រេកឃ្លាននេះបាន អ្នកនោះមុខជានឹងទាក់ទាញទឹកចិត្តអ្នកដទៃបាន ហើយអាចជំរុញឲ្យគេធ្វើអ្វីៗទៅតាមចេតនារបស់ខ្លួនបាន(ក្នុងផ្លូវល្អ) ថែមទៀតផង។

ក្តីប្រាថ្នាឱ្យខ្លួនឯងទៅជាមនុស្សសំខាន់ គឺជាភាពខុសគ្នាមួយផ្នែកធំ រវាងមនុស្សនឹងសត្វ។

ប្រសិនបើបុព្វបុរសយើង គ្មានចង់បានភាពសំខាន់អ្វីសោះនោះទេ ម្ល៉េះសមសព្វថ្ងៃនេះ យើងនឹងពុំមានប្រាសាទបុរាណ គ្មានទំនៀមទម្លាប់ល្អៗ គ្មានក្បួនតម្រាផ្សេងៗ ទុកឲ្យយើងមានដល់សព្វថ្ងៃនេះដែរ។

ប្រសិនបើគ្មានអ្នកណាត្រូវការភាពសំខាន់នេះទេ ប្រវត្តិសាស្ត្រក៏មិនអាចកើតមាននូវវីរបុរស អ្នកមានអំណាច អ្នកប្រាជ្ញដ៏ច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់បានឡើយ។ ក្តីប្រាថ្នានេះ បានដាស់អង្រួនផ្លូវចិត្តឲ្យអាប្រាហាមលិងខូលន៍ខំសិក្សាផ្នែកច្បាប់ និងបានក្លាយទៅជាប្រធានាធិបតីអាមេរិក បានជំរុញឲ្យអ្នកនិពន្ធមួយចំនួនបញ្ចេញស្នាដៃដ៏ធំធេងរបស់ខ្លួន បានជំរុញឲ្យអ្នកក្រីក្រក្លាយទៅជាមហាសេដ្ឋី ក្តីប្រាថ្នាទៅជាមនុស្សសំខាន់ បានដាស់អង្រួនអ្នកមួយចំនួន ឲ្យក្លាយខ្លួនទៅជាមនុស្សដ៏ល្បីល្បាញនៅលើលោក។

មិនថាអ្នកនោះជាមនុស្សអស្ចារ្យ មានឋានៈខ្ពង់ខ្ពស់កម្រិតណាទេ បើអ្នកនេះស្ថិតនៅក្រោមសម្ពាធនៃការទិតៀនរិះគន់ គេក៏មិនអាចធ្វើកិច្ចការឲ្យបានល្អជាងការស្ថិតនៅក្រោមក្តីសរសើរបានដែរ។

សុភាសិតចិនមួយបានពោលថា ៖

"ក្នុងចំណោមមនុស្សបីនាក់ យ៉ាងហោចក៏មាននរណាម្នាក់ ដែលអាចធ្វើជាគ្រូយើងបានដែរ"

មនុស្សយើងម្នាក់ៗ មានចំណុចល្អ និងចំណុចមិនល្អរៀងៗខ្លួន។ ហេតុនេះ យើងមិនគួរសម្លឹងទៅរកតែចំណុចអាក្រក់របស់គេ ហើយប្រកាន់ខ្ជាប់មិនព្រមរំសាយនោះឡើយ។ បើយើងសម្លឹងឲ្យបានច្រើនចំណុច អ្នកនឹងអាចរកឃើញចំណុចល្អៗរបស់គេ ដែលអាចឲ្យអ្នករៀនសូត្រពីគេផងដែរ។

ការបេះអត់ឱន ការអភ័យទោស ជាគុណធម៌ដ៏ល្អរបស់មនុស្ស។ នៅពេលដែលយើងប្រមូលផ្តុំចំណុចល្អៗដើម្បីសាងខ្លួនឲ្យទៅជាមនុស្សពេញលក្ខណៈ យើងគួរសម្លឹងរកចំណុចល្អៗរបស់អ្នកដទៃ លើកសរសើរគេដោយសុទ្ធចិត្ត ផ្តល់អារម្មណ៍ល្អ ឲ្យគេយល់ថា គេជាមនុស្សសំខាន់ នោះរូបអ្នកក៏នឹងបានទទួលអ្វីៗដែលសំខាន់ត្រឡប់មកវិញផងដែរ។

សរសើរចំណុចល្អរបស់គេ ដោយសុទ្ធចិត្ត និងមិនចង្អៀតចង្អល់ គេក៏នឹងខំសាងអ្វីដែលសំខាន់ ទៅតាមសម្តីរបស់យើងដូច្នោះដែរ។

✍... គួរចេះលើកសរសើរទៅតាមភាពសមរម្យ :

លើកសរសើរ គឺជាការសម្តែងនូវក្តីលើកតម្កើង និងផ្តល់កិត្តិយសដល់អ្នកដទៃ ដែលជួយឲ្យមនុស្សមានអារម្មណ៍ល្អៗ និងបានជួយរឹតចំណងសម្ពន្ធមេត្រីកាន់តែស្និទ្ធស្នាលថែមទៀត។

ការសរសើរគួរតែប្រើវាទៅតាមបែបបទមួយដ៏សមរម្យ ទៅតាមកាលៈទេសៈ ទៅតាមសភាពជាក់ស្តែង បើមិនដូច្នោះទេ វាអាចក្លាយទៅជាការបញ្ជោរ បញ្ចើចបញ្ចើ ឬជាការអែបអប រណោបរណើបទៅវិញ។

យើងខ្ញុំសូមបង្ហាញជូននូវវិធីសរសើរមួយចំនួនដូចខាងក្រោម ៖

១- ភាពខុសគ្នារវាងបុគ្គលនីមួយៗ :

យើងគួរសិក្សាទៅតាមបុគ្គលម្នាក់ៗ ដោយពិចារណាលើអាយុ ភេទ តួនាទីក្នុងការងារ ឋានៈក្នុងសង្គម បទពិសោធន៍ និងឧបនិស្ស័យរបស់គេរៀងៗខ្លួន។ ឧទាហរណ៍ដូចជា ៖

- បុរសមិនគួរសរសើរពីរូបសម្រស់នារីដែលធ្វើការជាមួយគ្នាឲ្យហួសហេតុពេកទេ។

- យើងគួរសរសើរយុវជន យុវនារីក្មេងៗអំពីសមត្ថភាពការងារ អំពីគំនិតបង្កបង្កើតច្នៃប្រឌិត អំពីការខិតខំពុះពារសម្រេចកិច្ចការថ្មីៗ។

- ឯមនុស្សចាស់ៗវិញ យើងគួរសរសើរពីការមានសុខភាពល្អ ឬសរសើរពីបទពិសោធន៍ដ៏សម្បូរបែបរបស់គាត់។

- ចំណែកលោកគ្រូអ្នកគ្រូ ដែលបង្រៀនមកយូរហើយ យើងគួរសរសើរថា គាត់មានសិស្សច្រើនរាយពេញស្រុក។ តែបើគ្រូទើបនឹងបង្រៀនថ្មីថ្មោង យើងទៅសរសើររបៀបដូចគ្នានេះក៏មិនត្រូវដែរ។

២- សរសើរឱ្យត្រូវសាច់រឿង :

ការសរសើរ គួរឲ្យស៊ីសង្វាក់ទៅតាមសាច់រឿងដូចជា បើយើងកំពុងនិយាយជាមួយអ្នកភ្ជួររស្រែ យើងគួរសរសើរពីគោដែលរៀស ពីនង្គ័លដែលមុត ឬពីភាពស្ទាត់ជំនាញរបស់អ្នកភ្ជួរនោះ។ មិនមែនមនុស្សកំពុងតែភ្ជួរស្រែ យើងបែរជាសរសើរពីរឿងបើកឡានទោះទេ។

ម្យ៉ាងវិញទៀតក្នុងការសន្ទនា យើងមិនគួរប្រើសម្តីណាដែលមានទំនោរទៅរកការចាំចាប់កំហុសគេនោះឡើយ។ ទោះបីជាយើងមើលឃើញចំណុចខ្វះខាតបន្តិចបន្តួច ក៏យើងគួរជៀសវាងនូវអ្វីដែលធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតគេមានអារម្មណ៍មិនសប្បាយចិត្ត។

៣- បង្ហាញអំពីទឹកចិត្តបរិសុទ្ធ ៈ

ក្នុងពេលកំពុងសរសើរ អ្នកត្រូវបង្ហាញពីចន្ទៈក្នុងការសរសើរដ៏ពិតប្រាកដរបស់ខ្លួន ដែលមិនមែនជាការសរសើរលើកជើងបញ្ជោរឬសរសើរឲ្យហួសពីការពិតនោះឡើយ។ ឧទាហរណ៍ដូចជា យើងសរសើរពីម៉ូតសម្លៀកបំពាក់របស់គេ យើងគួរសួរបន្ថែមថា គេកាត់នៅហាងណា យើងក៏ចង់ទៅកាត់ហាងនោះដែរ។ នេះជាការបញ្ជាក់ពីការសរសើរដោយស្មោះនោះឯង។

៤- សរសើរឱ្យត្រូវតាមកាលៈទេសៈ ៈ

ក្នុងស្ថានការណ៍ដែលមានមនុស្សច្រើននៅជុំគ្នា ការសរសើរទៅលើតែបុគ្គលណាម្នាក់ វានឹងធ្វើឲ្យអ្នកដទៃមានការអាក់អន់ក្នុងចិត្ត ដូចជាយើងសរសើរនរណាម្នាក់ដែលប្រឡងបាននិទ្ទេសល្អ នៅក្នុងចំណោមនោះអ្នកដទៃទៀតសុទ្ធតែបាននិទ្ទេសមិនល្អ ប្រការនេះ អាចធ្វើឲ្យគេបាក់មុខឬត្រូវអាប់មុខអាប់មាត់ ដោយសារតែការសរសើររបស់យើង។ ក្នុងករណីបែបនេះ បើសិនជាជ្រុលមាត់ទៅហើយ យើងគួរកែសម្រួលស្ថានការណ៍ដោយយកហេតុផលផ្សេងៗមកអះអាងដូចជា អ្នកខ្លះមានពេលរៀនតិចពេកអ្នកខ្លះបានរៀនបន្ថែម អ្នកខ្លះចូលមកប្រឡងទាំងបន្ទីបន្ទាន់ ធ្វើឲ្យលទ្ធផលនៃការប្រឡងមិនបានល្អដូចគ្នា។ល។ ហេតុផលបន្ថែមទាំងនេះ ជួយឲ្យអ្នកដទៃរក្សាមុខមាត់របស់ខ្លួនបានមួយកម្រិតយ៉ាងល្អ។

៥- ប្រើពាក្យសរសើរឱ្យស្របទៅតាមការជាក់ស្តែង ៈ

ក្នុងជីវិតពិតរបស់យើង ពេលខ្លះយើងសរសើរដោយចេតនាល្អ ប៉ុន្តែសាមីខ្លួនបែរជាគិតថា យើងមានបំណងអាក្រក់ទៅវិញ ឧទាហរណ៍ដូចជា យុវជន"ក"កំពុងជួយអ្វីមួយដល់នារី "ខ" យើងទៅសរសើរនាយ"ក"ថា "ឯងថ្លាតណាស់" ដែលជាហេតុធ្វើឲ្យនាយ "ក" យល់ថា យើងចង់ដៀមដាមឲ្យគេថា ជាមនុស្សហុតទឹកសម្លឹងកាកជាដើម។

ហេតុនេះ ក្នុងការសរសើរ យើងត្រូវប្រើពាក្យណាដែលត្រឹមត្រូវសមរម្យទៅតាមសភាពជាក់ស្តែង បង្ហាញពីចេតនាល្អពិតប្រាកដ ដើម្បីកុំឱ្យអ្នកស្តាប់មានការមន្ទិលសង្ស័យទៅលើបំណងអាក្រក់ផ្សេងៗ។

៦-កុំសរសើរឱ្យហួសពីការពិត :

ការវាយតម្លៃហួសពីការពិត វាមិនខុសពីការបញ្ចិតបញ្ចៀង ឬបញ្ឆោះបន្ទោក ឬជាការធ្វើពើ ក្នុងបំណងអ្វីមួយនោះឡើយ។

ការធ្វើជាសរសើរហួសពីការពិត ដើម្បីគោលបំណងអ្វីមួយ អាចធ្វើឱ្យសាមីខ្លួនមានការទើសទាល់ ឬធ្វើឱ្យអាប់ឱនកិត្តិយសរបស់យើងដែលខំសម្តែងតែរូបភាពខាងក្រៅ និងដែលក្នុងចិត្តអាចនឹងមានល្បិចកលអ្វីម្យ៉ាងៗ។

ការសរសើរ ត្រូវឱ្យមានលក្ខណៈសមល្មម ជាការផ្តល់កម្លាំងចិត្តមានលក្ខណៈសាមញ្ញធម្មតា ដើម្បីបង្កឱ្យមានបរិយាកាសល្អៗជាមួយគ្នាពោរពេញទៅដោយចំណងមេត្រីក្នុងការសេពគប់សមាគមជាមួយគ្នា។

ចំណែកការធ្វើពើជាសរសើរ ឬការសរសើរទាំងបង្ខំ ដើម្បីបំពេញចិត្តអ្នកដទៃ ក្នុងគោលបំណងអាថិកំបាំងអ្វីមួយ នោះមិនមែនជាការសរសើរដ៏ពិតប្រាកដនោះឡើយ។

✍... ការលើកយកពាក្យអ្នកដទៃមកសរសើរ :

ក្នុងករណីខ្លះ បុគ្គលអ្នកសរសើរនិងបុគ្គលអ្នកត្រូវគេលើកសរសើរមានភាពជិតស្និទ្ធនឹងគ្នាស្រាប់ វាជាហេតុនាំឱ្យការសរសើរទៅជាមិនសូវមានទម្ងន់។ ហេតុនេះ ការលើកយកពាក្យសរសើររបស់អ្នកផ្សេងមកនិយាយ វាជួយឱ្យការសរសើរកាន់តែមានទម្ងន់ជាងមុន។

ជាទូទៅ នោះជាពាក្យសរសើរដូចគ្នា តែចិត្តរបស់មនុស្សយើង តែងនិយមចូលចិត្តពាក្យសរសើរពីបុគ្គលផ្សេងដែលយើងមិនសូវស្គាល់ ជាង ពាក្យសរសើរដែលចេញពីអ្នកដែលយើងធ្លាប់ស្គាល់គ្នាជិតដិតស្រាប់។ ហេតុនេះ ការនិយាយពីអ្នកផ្សេងសរសើរ នឹងជួយឲ្យម្ចាស់ខ្លួនមានអារម្មណ៍ រំភើប មានកិត្តិយស មានកម្លាំងចិត្ត ព្រោះគេយល់ថា ក្រៅពីមនុស្សដែល នៅក្នុងក្រុមគ្នាឯងទទួលស្គាល់ហើយ នៅមានអ្នកផ្សេងទៀតមើលឃើញពី តម្លៃរបស់គេផងដែរ។ នេះជាវិធីលើកកម្ពស់ការសរសើរឲ្យបានទូលំទូលាយ មានលក្ខណៈកាន់តែសម្បូរបែបថែមទៀត។

☆☆☆

☞ *សូមអ្នកហ្វឹកហាត់វិធីល្អៗក្នុងការសរសើរ*
សរសើរដោយសុទ្ធចិត្ត សរសើរឲ្យមនុស្សមានកម្លាំងចិត្ត
សរសើរឲ្យពិភពលោកស្រស់ញញឹម
តែសុំកុំលើកដើម្បីទម្លាក់ កុំបញ្ជោរ កុំរុញស៊ីក្លូបញ្ចូលឡាន
និងមិនគួរសរសើរដោយបង្កប់ពិសពុល
ឬបង្ខំចិត្តសរសើរដើម្បីតែផលប្រយោជន៍នោះឡើយ។

សរសើរ

ការលើកសរសើរ ស្របតាមដំណើរ សាច់រឿងប្រាកដ
ឱ្យចេះសរសើរ ត្រូវតាមបែបបទ ស្មោះសសន្ធត
បរិសុទ្ធមានន័យ។

នឹងលើកសរសើរ ឱ្យត្រូវដំណើរ គួរកុំបំភ្លៃ
ហួសពីការពិត ឥតមានស្នាដៃ គ្មានខ្លឹមសារអ្វី
គ្មានន័យជាក់លាក់។

បើលើកសរសើរ អ្នកត្រូវចេះប្រើ កាលៈទេសៈ
លើកចិត្តទាន់ពេល កុំបង្អង់អាក់ ជៀសវាងថ្នាំងថ្នាក់
ស្នាក់ស្ទើរចិន្តា។

កុំលើកសរសើរ បញ្ជើចបញ្ជើ បញ្ជោះវាចា
សរសើរពីក្រៅ ក្នុងដូចផ្លែល្វា គំនិតមុសា
ពិសពុលពេកពន់។

គួរជៀសវាចា សរសើរប្រាថ្នា ចង់បានលាភធន
សម្លឹងប្រយោជន៍ មិនខ្វល់ស្រាលធ្ងន់ ឱ្យតែអៀវអ៊ុន
សរសើរបិទភ្នែក។

សរសើរដែលល្អ ឱ្យមនុស្សចេះឈរ កុំបីពឹងផ្អែក
មានកម្លាំងចិត្ត គ្មានគំនិតបែក មនុស្សក្រោមមេឃ
មានមិត្តមេត្រី។

អ៊ុយ លីវ

និយាយប៉ប៉ាច់ប៉ប៉ោច រអ៊ូរទាំ គឺជាជំងឺម្យ៉ាង
ដែលអាចផ្ដល់ផលអាក្រក់ដល់ខ្លួនឯងនិងគ្រួសារ។

☆☆☆

៩

កុំរអ៊ូរទាំច្រើនពេក

« ការរអ៊ូរទាំ ញ៉េប៉ប្រែ គ្មានផលល្អអ្វីឡើយ »

... ម្តាយម្នាក់បាននាំកូនប្រុសអាយុ១៣ឆ្នាំ មកឲ្យពេទ្យខាងជំងឺផ្លូវចិត្ត ជួយពិនិត្យព្យាបាល។ នាងបានរៀបរាប់ប្រាប់ពេទ្យថា កូននាងជាក្មេងឆ្លាត តែបែរជាប្រឡងមិនជាប់ ពេលត្រឡប់ពីសាលា គេមិនព្រមធ្វើកិច្ចការដែលគ្រូដាក់ឲ្យទាល់តែសោះ។ ជួនកាលប្រាប់ថាគ្មាន ជួនប្រាប់ថាធ្លើរួចពីសាលា ម៉្ងៃៗអង្គុយតែមុខទូរទស្សន៍ ទោះជាម្តាយរអ៊ូរទាំជេរស្តីយ៉ាងណាក៏គេមិនព្រមលើកដៃលើកជើងដែរ។ ចំណែកស្វាមីនាងត្រូវចេញទៅធ្វើការនៅបរទេសជាញឹកញាប់ មិនសូវបាននៅជិតដិតនឹងកូនទេ។ ហេតុនេះ គាត់ក៏មិនសូវដឹងថា ប្រពន្ធត្រូវជួបនឹងបញ្ហាបែបណានោះឡើយ។

ក្រោយពីសិក្សាស្វែងយល់ស្ថានការណ៍ដោយរួមរវាងក្មេងហើយនឹងគ្រួសាររួចមក គ្រូពេទ្យក៏ណាត់ឲ្យក្មេងមកជួប។ ពេលដែលបានជួបភ្លាម គ្រូពេទ្យកត់សម្គាល់ឃើញថា ក្មេងនេះមិនមែនជាក្មេងធម្មតាឡើយ។

ជាទូទៅ ក្មេងដែលមកជួបពេទ្យលើកដំបូងដូច្នេះ តែងតែមានការខ្មាសអៀន ឬញញើតញញើមមិនហ៊ានមាត់កអ្វីទេ ទាល់តែពេទ្យនាំនិយាយ ឬជជែកលេងជាមុន ទើបគេសុំបន្តិចម្តងៗ ប៉ុន្តែក្មេងម្នាក់នេះបែរជាខុសពីគេទៅវិញ។ ពេលជួបគ្រូពេទ្យភ្លាម គេក៏ស្ទុះមកចាប់ដៃរាក់ទាក់យ៉ាងកក់ក្តៅហាក់ដូចជាធ្លាប់ស្គាល់គ្នាពីមុនរួចមកហើយ។ បន្ទាប់មក គេក៏ដើរទៅតាមលោកគ្រូពេទ្យដល់បន្ទប់ធ្វើការដោយដំណើរស្វាហាប់បំផុត។ នៅពេលដែលគ្រូពេទ្យមិនទាន់បានសួរអ្វីផង គេក៏រៀបរាប់ប្រាប់គ្រូពេទ្យអំពីបញ្ហារបស់ខ្លួនទាល់តែអស់រលីង។

“ លោកគ្រូពេទ្យ! សូមលោកគ្រូស្តាប់ខ្ញុំបន្តិចសិន! សូមលោកគ្រូពេទ្យរកវិធីជួយម្តាយខ្ញុំផង ខ្ញុំប្រាកដជាទ្រាំតទៅទៀតមិនបានទេ! ”

គ្រូពេទ្យបើកភ្នែកធំៗ នឹកតែក្នុងចិត្ត

“ រវាងកូននឹងម៉ែ តើត្រូវព្យាបាលអ្នកណាមុនអ្នកណា? ”

ក្មេងនោះក៏និយាយបន្ត

“ បើម៉ែខ្ញុំគាត់រអ៊ូមិនចេះឈប់យ៉ាងនេះ ខ្ញុំប្រហែលជានឹងត្រូវរត់ចេញពីផ្ទះជាមិនខាន!... ខ្ញុំមិនដឹងថាម៉ែគាត់ប្រាប់លោកគ្រូពេទ្យថាម៉េចទេ ប៉ុន្តែ ***ម៉ែគាត់រអ៊ូតាំងពីព្រលឹមទល់ព្រលប់*** មិនចេះខ្ជិលទាល់តែសោះ មកដល់ផ្ទះពេលណា ខ្ញុំមិនដែលបានសុខ សូម្បីតែមួយនាទីក៏គ្មានដែរ។ ពេលកំពុងដុសធ្មេញ ម៉ែស្រែកឲ្យថា កុំភ្លេចបិទភ្លើង ពេលខ្ញុំបើកទូរទឹកកក ម៉ែស្រែកថាបិទទៅវិញឲ្យជិត...។ ពេលនៅផ្ទះ មិនដែលមានរឿងអ្វីដែលខ្ញុំអាចធ្វើបានទៅតាមចិត្តរបស់ខ្ញុំឡើយ ម៉ែៗពូតែ កូនឯងទៅណា? ទៅលាងដៃសិន! ទៅដុសធ្មេញ! លុយឲ្យទិញនំយកទៅណាអស់? ហេតុអីក៏មុខស្រមកអញ្ចឹង? អង្គុយឲ្យត្រង់! បើគ្មានរឿងអីសម្រាប់រអ៊ូទេ ម៉ែក៏យករឿងកិច្ចការសាលាមកនិយាយ ខ្ញុំទើបតែឈានជើងចូលដល់ផ្ទះមិនទាន់បានបិទទ្វារផង ម៉ែក៏បញ្ជាភ្លាមថា កូនគួរធ្វើកិច្ចការសាលាឲ្យហើយសិនមិនល្អទេឬ? ពេលនោះ ខ្ញុំក៏នឹកខឹងចេវភ្លាម ហើយតាំងចិត្តថា នឹងមិនធ្វើអ្វីទាំងអស់។ ខ្ញុំព្យាយាមធ្វើអ្វីៗ

ដើម្បីប្រឆាំងនឹងគាត់គ្រប់បែបយ៉ាង... លោកគ្រូពេទ្យ ខ្ញុំដឹងខ្លួនថា ខ្ញុំមានសមត្ថភាពអាចរៀនសូត្របានដោយខ្លួនឯងខ្លះៗដែរ!... ហើយខ្ញុំនឹងតាំងចិត្តរៀនឲ្យបានល្អ អាចប្រឡងចូលមហាវិទ្យាល័យដោយខ្លួនឯងបាន... ***តែខ្ញុំមិនចង់ឲ្យម៉ែគាត់មកចាំគ្រប់គ្រង បញ្ហាគ្រប់ដង្ហើមចេញចូលរបស់ខ្ញុំទេ!*** វិធីតែមួយសម្រាប់ឲ្យខ្ញុំទប់ទល់នឹងម៉ែគឺការមិនរៀនព្រោះវិធីនេះនឹងធ្វើឲ្យគាត់ក្តៅក្រហាយខ្លាំងជាងខ្ញុំ " ។

គ្រូពេទ្យបានពិចារណាទៅឃើញថា ម្តាយអាចនឹងគិតថាកូនរបស់គាត់នៅតែជាក្មេងតូចដូចពីដើម គាត់មិនព្រមទទួលស្គាល់ថា កូនគាត់ធំដឹងក្តីនោះឡើយ គាត់ព្យាយាមគ្រប់គ្រងកូនពេញមួយជីវិត ឲ្យនៅជាទារកដដែល ដែលជាប្រការមួយខុសពីបែបបទធម្មជាតិរបស់មនុស្ស ដែលត្រូវវិវត្តទៅរកភាពជាម្ចាស់លើខ្លួនឯងបន្តិចម្តងៗ។

ហេតុនេះ គ្រូពេទ្យត្រូវត្រឡប់ទៅថែជំងឺរបស់ម្តាយក្មេងនោះជាថ្មីឡើងវិញ។

☆ ☆ ☆

☞ *អ្នករអ៊ូរទាំ ញ៉ែប៉ប៉ែប្រ បង្កើតតែភាពធុញទ្រាន់តែប៉ុណ្ណោះ*
ការរអ៊ូរទាំច្រើន ធ្វើឲ្យបរិយាកាសគ្រួសារអាប់អួរតានតឹង
ការរអ៊ូរទាំ គឺជាជំងឺដែលគួរតែឆាប់ព្យាបាល
ជំងឺនេះព្យាបាលបាន ដរាបណាសាមីខ្លួនចេះតាំងសតិខ្លួនឯង
ទម្លាប់ទប់ចិត្តខ្លួនឯងបន្តិចម្តងៗក្នុងរយៈពេលមួយដ៏សមស្រប។

ខ្ញុំនឹងមិននិយាយអាក្រក់ពីអ្នកដទៃ
ហើយខ្ញុំនឹងនិយាយតែពីអ្វីដែលល្អ
ចំពោះគ្រប់មនុស្សដែលខ្ញុំស្គាល់។

បិនចាមិន ហ្វ្រេងគ្លីន

☆ ☆ ☆

១០

មិនគួរប្រើសម្តីបន្ទាបបន្ថោក ជាន់ឈ្លីអ្នកដទៃ

«កុំសប្បាយនឹងធ្វើឲ្យគេឈឺចាប់ ព្រោះអ្នកក៏មិនរួចខ្លួនដែរ»

... មានរឿងឃាតកម្មមួយ កើតឡើងនៅទីក្រុង តៃប៉ិ សៀវចុងលៀ រួមទាំងប្រពន្ធកូន ត្រូវគេសម្លាប់ទាំងបីនាក់។ ក្រោយពីខំស្រាវជ្រាវយ៉ាងស្វិតស្វាញរួចមក ប៉ូលីសក៏ចាប់បានឧក្រិដ្ឋជនយកមកផ្តន្ទាទោស។ នៅក្នុងសន្និសីទព័ត៌មានស្តីអំពីរឿងឃាតកម្មនេះ ឧក្រិដ្ឋជន តឹងសៀវវ៉ីន បានឆ្លើយថា រូបគេក្លាយជាឃាតករ ដោយសារតែខឹងនឹងពាក្យប្រមាថ ត្មះតិះដៀលរបស់ សៀវចុងលៀ នោះឯង។ ក្រោយពីសម្លាប់ សៀវចុងលៀ រួចហើយ ខ្លាចបែកការណ៍ គេក៏សម្លាប់ប្រពន្ធនិងកូនរបស់ សៀវចុងលៀ ថែមទៀត ដើម្បីបំបិទមាត់។

តឹងសៀវរ៉ឺន បានរៀបរាប់បន្តថា កាលពី២ខែមុន សៀវចុងលៀ បានប្រើសម្ដីធ្វើឲ្យខ្លួនឈឺចាប់ ព្រមទាំងយកដៃចង្អុលមុខ ហើយជៀលត្មះថា “ ឯងជាមនុស្សបោលម្សៀត ធ្វើការយូរហើយ នៅតែជាខ្ញុំកញ្ជះគេដដែល មិនដូចអញសោះ! ឯងឃើញទេ អញធ្វើការតែមួយភ្លែតក៏ក្លាយមកជាចៅកែបានដែរ ” ។ ពេលក្រោយៗមកទៀត ឲ្យតែជួបគ្នាពេលណា សៀវចុងលៀតែងចំអកឡកឡឺយឲ្យគេគ្រប់ពេល រហូតធ្វើឲ្យតឹងសៀវរ៉ឺនទ្រាំលែងបាន ក៏កើតមានគំនិតសម្លាប់សៀវចុងលៀចោល ដើម្បីរំសាយកំហឹង។

ក្រុមប៉ូលីសយល់ឃើញថា ឃាតករតឹងសៀវរ៉ឺនមានសុខភាពចិត្តល្អធម្មតានិងមានសតិប្រក្រតីទេ តែដោយអ្នកស្លាប់បានចំអកឌឺដងឲ្យគេជាញឹកញាប់ ទើបជំរុញឲ្យទ្រាំមិនបាន គេក៏បញ្ចប់រឿងបែបនេះទៅ។

រឿងឃាតកម្មនេះ ជាគំរូមួយសម្រាប់ដាស់ស្មារតីមនុស្សក្នុងសង្គមឲ្យចេះយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការប្រើពាក្យសម្ដីរបស់ខ្លួនជាមួយអ្នកដទៃ។

✍...នៅទីក្រុងប៉ារីសប្រទេសបារាំង មានអ្នកសរសេរអត្ថបទព័ត៌មានក្នុងទស្សនាវដ្ដីមួយ តែងសរសេរវិភាគអំពីភោជនីយដ្ឋានផ្សេងៗ។ បើគេចូលចិត្តហាងណា គេនឹងសរសេរសរសើរពីហាងនោះយ៉ាងអស់ពីចិត្ត។ តែបើសិនជាមិនចូលចិត្តវិញ គេក៏សរសេរបង្អាប់យ៉ាងធ្ងាញ់ដៃដងដែរ។

ថ្ងៃមួយ អ្នកនិពន្ធនោះបានសរសេររិះគន់ហាងបាយមួយកន្លែងថា **“ម្ហូបដូចបាយជ្រូក”** ធ្វើឲ្យម្ចាស់ហាងខឹងសម្បារជាខ្លាំង។ ក្រោយពីនោះមិនយូរប៉ុន្មាន ម្ចាស់ហាងបានអញ្ជើញអ្នកសារព័ត៌មាននោះឲ្យមកសាកល្បងភ្លក់មុខម្ហូបពិសេសនៅហាងរបស់ខ្លួនសាជាថ្មីម្ដងទៀត។

ហេតុការណ៍ដែលនឹកស្មានមិនដល់ ក៏កើតឡើង។ ក្រោយពេលអ្នកយកពត៌មាននោះ ភ្លក់អាហារបានមួយសន្ទុះ គេក៏ដួលសន្លប់បាត់ស្មារតីមួយរំពេច។ ក្រោយពីយកទៅដល់មន្ទីរពេទ្យបានបន្តិច គេក៏បាត់បង់ជីវិតទៅ។

ក្រោយពីពេលត្រូវចាប់ខ្លួនមក ម្ចាស់ហាងបានសារភាពថា ខ្លួនបានលួចដាក់ថ្នាំបំពុលនៅក្នុងអាហារនោះ។ គេបានបន្ថែមថា "**អ្នកដែលរិះគន់អាហារពិសេសរបស់យើងថាជាបាយជ្រូក អ្នកនោះគួរតែស្លាប់**"។

នេះគឺជាការក្រើនរំឭកដល់មនុស្សម្នាជងទាំងពួង អ្នកសរសេរអត្ថបទទិតៀនរិះគន់ផ្សេងៗថា ពេលណាចាប់ប៊ិចសរសេរ អ្នកគួរពិចារណាឲ្យបានល្អិតល្អន់បន្តិច។ ដូចគ្នានេះដែរ ការប្រើសម្ដីមុតស្រួច ក្នុងការវាយប្រហារលើអ្នកដទៃហួសហេតុពេក វាអាចបង្កគ្រោះភ័យមកលើខ្លួនឯងវិញ។

មនុស្សយើងគ្រប់រូប ទោះជាក្មេងចាស់ ប្រុសស្រី កាលបើមានអ្នកណាប្រើសម្ដីបំពារបំពាន ចាក់ដោតឲ្យកើតអារម្មណ៍មិនល្អដែលពេលខ្លះគេមិនអាចទប់បាន វាក៏បង្កឲ្យទៅជាជម្លោះវិវាទ ជាអំពើហិង្សា ជាការប្រើកម្លាំងបាយ ឬបង្កឲ្យទៅជាគំនុំគុំកួនផ្សេងៗដែរ។

☆ ☆ ☆

☞ *អ្នកប្រាជ្ញតែងរំងាប់កំហឹងដោយការមិនតបត*
តែក្នុងសង្គម ច្រើនសម្បូរទៅដោយមនុស្សបុថុជ្ជន
ដែលពិបាកទ្រាំទ្រអត់ធ្មត់នឹងការបំពារបំពាន។
ហេតុនេះ សូមអ្នកប្រយ័ត្ន " ភ័យកើតមកពីសម្ដី "
សម្ដីមិនចេះគិត អាចជំរុញមនុស្សឲ្យក្លាយជាឃាតករ។

ទូក កប៉ាល់ ដែលឆ្លងមហាសមុទ្រ

ទៅដល់គោលដៅដោយសុវត្ថិភាព

ក៏ដោយសារតែគេចេះគេចវាងពីថ្មាំងថ្មផ្សេងៗនោះឯង។

☆ ☆ ☆

១១

វិធីនិយាយពង្វាង

« ការចេះនិយាយពង្វាង ជាវិធីរបស់មនុស្សឆ្លាត »

ក្នុងករណីខ្លះដែលយើងមិនចង់ឆ្លើយនឹងសំណួរអ្វីមួយ ឬចង់បញ្ជាក់ហេតុផលអ្វីមួយ ឬមិនចង់និយាយអ្វីដែលវាត្រង់ៗពេក ការនិយាយពង្វាងគឺជាវិធីមួយដែលមានអំណោយផលល្អ គួរឲ្យស្ញើចសរសើរទៀតផង។

✍... ក្នុងសម័យដែលលោក ចឺនអ៊ី កាន់តំណែងជារដ្ឋមន្ត្រីការបរទេសរបស់ចិន គាត់ធ្លាប់បានធ្វើសេចក្តីថ្លែងការណ៍មួយអំពីករណីដែលយន្តហោះប្រភេទ U2 របស់អាមេរិកត្រូវចិនបាញ់ធ្លាក់ ដោយសារតែយន្តហោះនោះហោះរំលោភចូលទៅលើទឹកដីរបស់ចិន។

អ្នកកាសែតបរទេសម្នាក់បានសួរទៅគាត់ថា ៖

" លោករដ្ឋមន្ត្រី យើងខ្ញុំទទួលព័ត៌មានថា ចិនបានបាញ់ទម្លាក់យន្តហោះអាមេរិកឲ្យធ្លាក់ មិនដឹងថា តើគេប្រើអាវុធប្រភេទណាទៅបាទ? ឬមួយគេប្រើមិស្ស៊ីល? "

ពេលនោះលោក ចឺនអ៊ី លើកចង្អុលដៃបុកទៅលើហើយឆ្លើយថា

" យើងប្រើឫស្សីបុកទម្លាក់វាចុះមក " ???

អ្នកយកព័ត៌មានទាំងប៉ុន្មាននាំគ្នាសើចគឹលឡើង ចំណែកអ្នកដែលសួរក៏ដឹងខ្លួនដែរថាអ្វីគួរឬមិនគួរ គេក៏លែងហ៊ានសួរតទៅទៀត។

តើឫស្សីអាចបុកឲ្យយន្តហោះធ្លាក់បានមែនឬ?

ចម្លើយនេះ គឺពិតជាខុស តែខុសយ៉ាងល្អមើល

យើងគិតមើលថា បើឲ្យឆ្លើយតាមត្រង់ក៏គាត់មិនអាចឆ្លើយបាន ព្រោះវាជារឿងសម្ងាត់របស់ប្រទេសជាតិ និងបើឲ្យគាត់ឆ្លើយថា " ខ្ញុំសុំមិនឆ្លើយនឹងសំណួរនេះ " វានឹងធ្វើឲ្យបរិយាកាសនៅពេលនោះកាន់តែតានតឹងឡើងថែមទៀត ព្រោះវាជាការបដិសេធត្រង់ពេក។

ប្រយោគនេះមិនត្រឹមតែបានរក្សាការសម្ងាត់របស់ប្រទេសប៉ុណ្ណោះទេ ថែមទាំងបានបកស្រាយដោយបរិយាកាសរីករាយថា ៖

" យើងជួយមិនបានទេ! "

គឺជាការបដិសេធដែលមិនធ្វើឱ្យបរិយាកាសតានតឹង ព្រួញមួយបាញ់បានសត្វពីរ។

ជីវិតរបស់យើងម្នាក់ៗតែងមានរឿងខ្លះកើតឡើងជាញឹកញាប់។ ពេលដែលមានអ្នកណាមកពឹងពាក់កិច្ចការអ្វីមួយ តែយើងពិតជាមិនអាចជួយគេបាន ក្នុងករណីបែបនេះ បើយើងបដិសេធត្រង់ៗពេក វាអាចនឹងធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀត គ្មានអារម្មណ៍មិនល្អ។ តើយើងត្រូវធ្វើដូចម្ដេចទៅវិញ?

✍...កាលគ្រាមួយ លោក អាប្រាហាម លិងខូលន៍ ត្រូវបានគេសុំស្នើឲ្យធ្វើជាប្រធានអង្គប្រជុំមួយរបស់បណ្ដាចាងហ្វាងសារព័ត៌មានទាំងឡាយ។

លោកលិងខូលន៍ចង់បង្ហាញឲ្យគេដឹងថា គាត់គ្មានជំនាញខាងផ្នែកចាងហ្វាងសារព័ត៌មានទេ។ ហេតុនេះ ការដែលឲ្យគាត់មកធ្វើជាប្រធានក្នុងពិធី និងថ្លែងសុន្ទរកថា គឺជាប្រការដែលមិនសូវជាសមរម្យប៉ុន្មានឡើយ។

ដើម្បីបញ្ជាក់ពីហេតុផលនេះ គាត់បានឧបមារឿងមួយឲ្យគេស្ដាប់

នារីម្នាក់បានបន្ទោសខ្ញុំ “ ដល់ពេលនេះទើបខ្ញុំដឹងថា លោកឯងគឺជាមនុស្សគម្រក់បំផុតដែលខ្ញុំមិនធ្លាប់ជួបទាល់តែសោះ! ”

ខ្ញុំប្រាប់ទៅនាងវិញថា “ វាអញ្ចឹងមែនហ្នឹង! តែបើទឹកដល់ច្រមុះដូច្នេះទៅហើយ តើឲ្យខ្ញុំធ្វើយ៉ាងម៉េចទៅវិញ? ”

នារីនោះឆ្លើយថា “ មនុស្សមុខមិនទំនងបែបនេះ តើអាចនឹងធ្វើអ្វីឲ្យវារីកចម្រើនកើតទៅ! តែអ្នកឯងអាចសំងំនៅផ្ទះបានដែរទេតើ មិនដឹងជាចេញមកធ្វើស្អី!!! ”

មនុស្សគ្រប់គ្នាទប់សំណើចមិនបាន នៅពេលដែលបានស្ដាប់លោកអាប្រាហាម លិងខូលន៍ យកខ្លួនឯងមកធ្វើជាតួកំប្លែងលេងក្នុងគ្រានោះ។

លោកលិងខូលន៍បានប្រើវិធីយកខ្លួនឯងមកសើចលេង ដើម្បីបង្ហាញពីចេតនាបដិសេធបានយ៉ាងល្អប្រសើរ។

វិធីនេះ ក្រៅពីមិនបានធ្វើឲ្យអ្នកមកស្នើសុំ មានការតានតឹងក្នុងចិត្តប៉ុណ្ណោះទេ តែថែមទាំងធ្វើឲ្យគេបានយល់ពីជម្រៅចិត្តរបស់លោកលិងខូលន៍ ក្រោមបរិយាកាសដ៏រីករាយទៀតផង។

ក្នុងករណីខ្លះ ដើម្បីជៀសវាងការបដិសេធត្រង់ៗពេក យើងអាច យកលេសផ្សេងៗមកជួយដោះស្រាយស្ថានការណ៍ឲ្យខ្លួនឯងផង និងដើម្បី ទុកមុខឲ្យអ្នកដែលស្នើសុំផង។

ក្នុងពិធីជប់លៀង រាំរែក ពេលមាននរណាមកអញ្ជើញយើងរាំក្នុង ពេលដែលយើងមិនចង់រាំ យើងអាចប្រាប់គេថា "ខ្ញុំហត់ណាស់! ហើយចង់ សម្រាកមួយភ្លែត"។ វិធីនេះ ជាការបដិសេធដែលមិនធ្វើឲ្យអ្នកដទៃត្រូវបាក់ មុខ បាក់មាត់ ដោយសារសម្ដីរបស់យើង។

ពេលដែលអ្នក បានណាត់ជួបនិយាយកិច្ចការអ្វីមួយ លុះដល់ពេល ម៉ោងនោះ លោកអ្នកបែរជាភ្លេច ឬលោកអ្នកប្ដូរចិត្តមិនចង់ទៅ ធ្វើឲ្យខុស ពាក្យសន្យា ក្នុងករណីនេះ បើយើងប្រាប់ត្រង់ពេក ភាគីម្ខាងទៀតគេប្រាស់ ជាអន់ចិត្ត និងបាត់បង់ជំនឿមកលើយើង ហើយព្រមទាំងជាការមិនផ្ដល់ កិត្តិយសដល់គេផងដែរ។ ហេតុនេះ ក្នុងស្ថានការណ៍ដូច្នេះ យើងគួរតែរក មូលហេតុចាំបាច់ខ្លះៗយកមកប្រើដូចជា មិនស្រួលខ្លួនភ្លាមៗ មានកិច្ចការជា បន្ទាន់ចាំបាច់ជៀសមិនរួច ឬត្រូវជួបនឹងមនុស្សសំខាន់ៗជាដើម ។ល។ លោកអ្នកអាចជ្រើសយកប្រការណាដែលសមរម្យបំផុតមកប្រើ តែនេះជា វិធីដែលលោកអ្នកត្រូវប្រើក្នុងប្រការដែលចាំបាច់ប៉ុណ្ណោះ មិនមែនជាវិធីដែល គួរប្រើវាជាញឹកញាប់នោះឡើយ ព្រោះវានឹងធ្វើឲ្យអ្នកដទៃគេកត់សម្គាល់ថា "អ្នកគឺជាមនុស្សគ្មានបានការ"។

ដើម្បីជៀសវាងការនិយាយត្រង់ពេក យើងអាចនិយាយក្នុងន័យ ប្រៀបធៀបបង្កប់អត្ថន័យ ដើម្បីឲ្យគេយល់ពីបំណងពិតប្រាកដរបស់យើងដែល បង្កប់ក្នុងពាក្យសម្ដីនោះ ឬម្យ៉ាងទៀត ជាការសម្ដែងកាយវិការ ដូចជា...

✍... មានរឿងតំណាលថា ម្ចាស់ផ្ទះមួយមានភ្ញៀវពីច្ងាយមកលេងផ្ទះដោយចៃដន្យ។ ម្ចាស់ផ្ទះធ្វើបាយម្ហូបធម្មតាៗ ពេលភ្ញៀវមកដល់ភ្លាមៗ ដូច្នេះ គាត់ក៏អញ្ជើញឲ្យពិសាបាយជាមួយគ្នាតែម្តងទៅ។

បាយដាំតម្រូវតែចំនួនមនុស្សក្នុងផ្ទះ ឯភ្ញៀវមកពីច្ងាយក៏ឃ្លានខ្លាំងណាស់ដែរ ដែលជាហេតុធ្វើឲ្យខ្វះបាយ។ ពេលចង់ថែមបាយ ភ្ញៀវមិនហ៊ានប្រាប់ថាសុំថែមបាយទេ គាត់គ្រាន់តែលើកចានគាត់ដែលអស់បាយរលីងទៅហើយនោះ សួរទៅម្ចាស់ផ្ទះថា "អ្នកអើយ! ចាននេះទិញមកយូរហើយឬ?" (គាត់ចង់ប្រាប់ថា បាយគាត់អស់ហើយគាត់ចង់ថែមទៀត)។ ឯម្ចាស់ផ្ទះវិញ គាត់ក៏លើកឆ្នាំងដែលអស់បាយរលីងបង្ហាញវិញថា "ចាំសអ្នក! ចានហ្នឹងទិញមកជាមួយនឹងឆ្នាំងនេះឯង! " (បានន័យថា បាយក៏អស់ដែរ)។

នេះជាវិធីចោទឆ្លើយមួយបែប ដែលយើងធ្លាប់ដឹងរួចមកហើយ។

☆☆☆

☞ *មនុស្សមានចិត្តនិងអារម្មណ៍*
ការចេះរកវិធីនិយាយពង្វាង គឺជាសិល្បិ៍វិធីដ៏វិសេសមួយ
ជួយមិនឲ្យប៉ះទង្គិចខ្លាំងដល់សតិអារម្មណ៍
ជួយមិនឲ្យប្រេះឆាដល់ចំណងមេត្រី
ជួយឲ្យអ្នកកាន់តែឈ្លាសវៃ។

បំណងល្អខ្លះអាចក្លាយជាអាវុធដ៏មុតស្រួច
បង្កការឈឺចាប់ដល់មនុស្ស
ប្រសិនបើយើងប្រើវិធីបង្ហាញខុសទំនង។

☆ ☆ ☆

១២

កុំវាយប្រហារត្រង់ៗពេក

« សម្ដីរឹងកំព្រឹស មិនខុសអ្វីពីកាប់នឹងពូថៅឡើយ »

... លោក "ក" ធ្វើការក្នុងក្រុមហ៊ុនមួយ។ មិត្តភក្តិរបស់គាត់គ្រប់គ្នាសុទ្ធតែបានឡើងតំណែងអស់ហើយ នៅសល់តែគាត់ម្នាក់គត់ ដែលមិនទាន់បានឡើងតំណែងនឹងគេ។ "ក" ជាមនុស្សល្អម្នាក់ តែបែរជាមិនសូវមានមិត្តភក្តិ ហើយក៏មិនសូវបានចូលរួមកិច្ចការអ្វីផ្សេងៗជាមួយគេដែរ។ គេតែងទៅណាមកណាតែម្នាក់ឯង ហាក់បីដូចជាមិនសូវមាននរណាគេរាប់រកដូច្នោះ។

បើនិយាយពីសមត្ថភាពធ្វើការងារ "ក" ក៏មិនអន់ជាងគេដែរ រួមទាំងការវិភាគវិគ្រោះ ការត្រួតពិនិត្យអ្វីៗក៏គេធ្វើបានល្អ ប៉ុន្តែបញ្ហារបស់គេគឺ "គេជាមនុស្សនិយាយត្រង់ភ្លឹង" ហួសពេក។

សម្ដីរបស់គេ "មួយម៉ាត់ មួយបាវ" គ្មានជំពាក់អ្នកណាមួយរៀល មិនខ្វល់ថាប៉ះពាល់លើអ្នកណា មិនខ្វល់ពីមុខមាត់អ្នកណា ស្រួលមិនស្រួលដូចកាប់ក្បាលនឹងពូថៅអញ្ចឹង។ ឧទាហរណ៍ ពេលឃើញនរណាម្នាក់ធ្វើ

កិច្ចការអ្វីមិនបានសម្រេច លោក "ក" គាត់មិនបាននិយាយលួងលោមគេឲ្យខិតខំធ្វើឲ្យបានល្អទេ តែគាត់បែរជានិយាយថា "ប៉ុណ្ណឹងក៏ធ្វើមិនកើតដែរ គ្មានបានការអ្វីសោះ ថ្ងៃក្រោយមិនបាច់ធ្វើទៀតទេ!"។

ឧទាហរណ៍ម្យ៉ាងទៀត នៅពេលដែលយើងចូលទៅដល់ហាងផលិតគុទូមួយកន្លែង ក្រោយពីដើរពិនិត្យសង្កេតស្នាដៃរបស់ជាងបានបន្តិច យើងក៏មានមតិថា កៅអីនេះធ្វើមិនស្អាតសោះ ជើងក៏វៀច ក្ដាប់ក៏មិនស្មើ លាបថ្នាំក៏មិនរលោង...ថ្វីដៃជាងអន់សម្បើមណាស់...។

ពាក្យសម្ដីបែបនេះ សូម្បីតែវាជាការនិយាយត្រង់ ពិត តែវាមិនបានហុចផលល្អដល់អារម្មណ៍អ្នកស្ដាប់នោះឡើយ មានតែធ្វើឲ្យប៉ះពាល់ដល់ទំនាក់ទំនងផ្សេងៗទាំងដោយផ្ទាល់ និងដោយប្រយោលទៀតផង។

អ្នកដែលនិយាយត្រង់ៗ ចំៗ ច្រើនតែមើលឃើញទៅលើតែបញ្ហា ឬហេតុការណ៍ដែលកើតមានចំពោះមុខប៉ុណ្ណោះ។ ម្យ៉ាងទៀត គេតែងមានទម្លាប់មួយថា "បើមិនបានថាអ្វីមួយម៉ាត់ គឺមិនអស់ចិត្ត" ដោយមិនបានប្រមើលមើលពីនិស្ស័យ ឬអារម្មណ៍របស់ភាគីម្ខាងទៀតឡើយ។ ហេតុនេះ ភាគីម្ខាងទៀត ចាំបាច់ត្រូវតែរកវិធីទប់ទល់ការពារខ្លួន ដែលវាអាចនឹងកើតមានជាយថាហេតុជាមួយមនុស្សប្រភេទនេះ និងប្រសិនបើមិនអាចទប់ទល់បានទេ មានតែរក្សាទុកនូវភាពក្ដៅក្រហាយ ឬក្ដីគុំកួននៅក្នុងចិត្តប៉ុណ្ណោះ។

ហេតុនេះ ការនិយាយត្រង់ៗ ចំៗ មិនថាជាតម្រង់ទៅលើមនុស្ស ឬហេតុការណ៍អ្វីមួយ វាជាការគាបសង្កត់ទៅលើភាគីម្ខាងទៀត ធ្វើឲ្យគេពិបាកនឹងទទួលយក ដែលជាមូលហេតុធ្វើឲ្យកើតមានជាឧបសគ្គរារាំងដល់ចំណងមេត្រី និងធ្វើឲ្យអ្នកជងកាន់តែគេចឆ្ងាយពីរូបអ្នកទៀតផង។

ជាទូទៅ អ្នកដែលចូលចិត្តនិយាយត្រង់ក្លឹង ច្រើនមានទំនោរទៅរកភាពត្រឹមត្រូវនៅចំពោះមុខ ពាក្យសម្ដីរបស់គេច្រើនមានលក្ខណៈជា

ការបកស្រាយវាយប្រហារធ្ងន់ធ្ងរទៅលើភាគីម្ខាងទៀត។ មនុស្សប្រភេទនេះច្រើនតែត្រូវគេបោកបញ្ឆោតយកធ្វើជាឧបករណ៍របស់គេ ដោយការពន្យុះឲ្យបើកកកាយរឿងទុច្ចរិត រឿងពុករលួយ ឬវាយប្រហារទៅលើមនុស្សដែលពុំមានភាពយុត្តិធម៌ជាដើម។ តែទោះជាលទ្ធផលហុចមកបែបណាក៏ដោយ អ្នកប្រភេទនេះបានត្រឹមតែជា "អ្នកពលីជីវិត"ប៉ុណ្ណោះ ព្រោះថា បើកើតផលមកល្អ អ្នកដែលពន្យុះគេនឹងបានសោយសុខជាមួយជ័យជម្នះ ឯអ្នកដៃដល់ក៏មិនបានផ្លែផ្កាអ្វីជាដុំកំភួនដែរ។ តែបើផលបែរជាមិនល្អវិញ អ្នកដៃដល់គឺជាអ្នកដែលត្រូវគេ"ចាត់ការ"មុនគេបង្អស់។ រឿងបែបនេះ យើងធ្លាប់បានឃើញច្រើនណាស់មកហើយក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រ។

ការរស់រួមគ្នាក្នុងសង្គម ការនិយាយត្រង់ភ្លឹង ប្រៀបដូចជាកាំបិតមុខពីរដូច្នោះដែរ។ម្យ៉ាងវាជាការត្រួសត្រាយឲ្យមនុស្សងាកទៅរកផ្លូវត្រូវ។ តែម្យ៉ាងទៀត វាក៏អាចបំផ្លាញដល់ខ្លួនយើងនិងអ្នកដទៃផងដែរ។ ថ្វីត្បិតតែមាត់ក្រៅរបស់មនុស្សតែងនិយាយថា "ខ្ញុំចូលចិត្តមនុស្សនិយាយត្រង់ៗ ចំៗ" តែមិនមែនបានន័យថា ការនិយាយត្រង់ៗ ចំៗ សុទ្ធតែហុចផលល្អទាំងអស់នោះទេ។ ហេតុនេះ បើអ្នកយល់ឃើញថា ខ្លួនមាននិស្ស័យបែបនេះ អ្នកគួរពិចារណាទៅតាមការបង្ហាញពីគោលការណ៍ពីរបែបដូចខាងក្រោម ៖

១-ក្នុងការប្រព្រឹត្តជាមួយមនុស្សទូទៅ ៖ អ្នកគួរព្យាយាមថ្កោលទោស ឬចាប់កំហុសអ្នកដទៃឲ្យតិចបំផុត។ សូមកុំព្យាយាមកែចំណុចមិនល្អ ឬកែប្រែនិស្ស័យរបស់គេ ដោយសម្ដីបែបបង្ខិតបង្ខំឲ្យសោះ ព្រោះអ្វីៗទាំងនេះត្រូវការឲ្យសាមីខ្លួនកើតមាននូវមនសិការភ្ញាក់រឭកដោយខ្លួនឯង និងចាំបាច់ត្រូវប្រើពេលវេលាមួយដ៏សមស្រប។ អ្នកមិនអាចត្រឡប់គេពីបាតដៃមកខ្នងដៃតាមតែចិត្តយើងនឹកឃើញនោះឡើយ។ ការធ្វើបែបនេះ គ្មានថ្ងៃនឹងឲ្យគេយល់ថាជាបំណងល្អដ៏ពិតប្រាកដនោះទេ មានតែនាំឲ្យគេមើលឃើញថា យើងចូលចិត្តសន្ធំរឿងជាមួយគេទៅវិញ។

មនុស្សម្នាក់ៗតែងមានគោលការណ៍ឬជំហរផ្ទាល់ខ្លួន រៀងៗខ្លួន។ ជំហរមនុស្សម្នាក់ៗ បង្កប់ដោយ“សារជាតិ”របស់គេនៅក្នុងនោះ។ ពេលខ្លះពាក្យសម្ដីត្រង់ៗរបស់យើង អាចជាការវាយប្រហារទៅលើជំហររបស់គេ ឬជាការ “ចុះដំបៅ” របស់គេឲ្យឈឺ ធ្វើឲ្យគេល្អក់កករក្នុងចិត្ត។ ហេតុដូច្នេះ ប្រសិនបើវាមិនចាំបាច់ អ្នកគួរកុំនិយាយ និងបើចាំបាច់ត្រូវនិយាយ អ្នកគួរព្យាយាមនិយាយដោយប្រយោលបំផុត និងក្នុងកម្រិតមួយដ៏សមរម្យ កុំឲ្យវាជ្រុលពេក។ បើគេមិនស្ដាប់ អ្នកគួរចាត់ទុកថាវាជារឿងរបស់គេទៅចុះ។

២-ក្នុងការវាយតម្លៃហេតុការណ៍ផ្សេងៗ : អ្នកគួររិះគន់ទៅលើរឿងរ៉ាវដែលចាត់ការមិនបានល្អ ឲ្យតិចបំផុត។ គ្រប់រឿងរ៉ាវទាំងឡាយសុទ្ធតែមនុស្សជាអ្នកគិតរៀបចំ ហើយមនុស្សក៏ជាអ្នកអនុវត្តផងដែរ ហេតុនេះការរិះគន់ទៅលើវិធីចាត់ការណាមួយ គឺជាការរិះគន់ទៅលើបុគ្គលនោះឯង។ ប្រការសំខាន់ យើងគួរកត់សម្គាល់ថា បើការនិយាយរិះគន់ អាចនាំទៅរកការផ្លាស់ប្ដូរមួយដែលល្អប្រសើរ ទោះបីជាមានការលំបាកលំបិនយ៉ាងណា វាក៏មានតម្លៃមួយគួរឲ្យនិយាយដែរ។ ផ្ទុយទៅវិញ ប្រសិនបើវាមិនអាចផ្លាស់ប្ដូរអ្វីបានទេនោះ អ្នកគួរតែ **“បិទចំពុះ”** ល្អជាង ហើយប្រសិនបើវាចេះតែស្ទៀបរមាស់នៅមិនសុខ ក៏គួរនិយាយដោយប្រយោលត្រឹមកម្រិតមួយ ត្រង់អ្នកឯងស្ដាប់ឬមិនស្ដាប់ វាជារឿងរបស់អ្នកឯងទៅចុះ។

☞ *ការនិយាយត្រង់មួយប្រភេទ គឺជាថ្នាំព្យាបាល*
ឬជាការកៀសចន្លុះឲ្យកាន់តែភ្លឺ។
ឯការនិយាយត្រង់មួយប្រភេទទៀត គឺជាអាវុធ។
ហេតុនេះ ប្រសិនបើវាអាចជាអាវុធ អ្នកគួរប្រើវិធីមួយទៀតគឺវិធី “ ស្ងៀមជាងស្រដី ” វាប្រសើរជាង។

អច្ឆរិយភាព

គឺសមត្ថភាពនៃការធ្វើរឿងស្មុគស្មាញឱ្យទៅជារឿងងាយ។

ស៊ី ដប់ប៊ីលយូ ស៊ីុផែន

☆☆☆

ការមិនចេះ គឺជារឿងដ៏អាក្រក់

តែបើដល់ថ្នាក់មិនខ្វល់នឹងចង់ចេះ

វាកាន់តែមហាអាក្រក់ណាស់ទៅទៀត។

Not to know is bad,
but not to wish to know is worse.

សុភាសិតអាហ្វ្រិកខាងកើត

☆☆☆

១៣

ការរិះគន់ដាស់តឿន

“ការរិះគន់ដាស់តឿន មានប្រសិទ្ធភាពឬគ្មាន
វាអាស្រ័យលើអ្នករិះគន់ យល់ពីមនុស្សនោះដល់កម្រិតណា”

... មនុស្សម្នាក់ៗមានកម្រិតការសិក្សា កម្រិតការយល់ដឹងផ្សេងៗគ្នា បទពិសោធន៍ក្នុងជីវិតផ្សេងៗគ្នា ឧបនិស្ស័យនិងអាយុក៏ខុសគ្នា ជាហេតុធ្វើឲ្យគេម្នាក់ៗ អាចទទួលយកការទិតៀនរិះគន់ទៅតាមបែបខុសៗគ្នាដែរ។ អ្វីទាំងនេះ គឺជាប្រការសំខាន់ដែលអ្នកដឹកនាំត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ជ្រើសរើសវិធីទិតៀនរិះគន់ ដោយពិចារណាទៅតាមបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។

វិធីរិះគន់តែមួយបែបទៅលើមនុស្សខុសៗគ្នា នឹងមានប្រតិកម្មតបស្នងខាងផ្លូវចិត្តផ្សេងៗគ្នា ព្រោះគេម្នាក់ៗមានចរិតនិស្ស័យព្រមទាំងការអប់រំបណ្តុះបណ្តាលមកដោយឡែកពីគ្នា។

យើងអាចបែងចែកមនុស្សជាប្រភេទផ្សេងៗ ដោយផ្អែកទៅលើប្រតិកម្មឆ្លើយតបរបស់គេ ពេលដែលត្រូវទទួលការរិះគន់។

ការសាកល្បងបែងចែកនេះមានបួនប្រភេទ ៖

១- ប្រភេទតបស្នងយ៉ាងយឺតៗ ស្លឹក

២- ប្រភេទតបស្នងយ៉ាងឆាប់រហ័ស

៣- ប្រភេទតបស្នងបែបក្តៅគគុក

៤- ប្រភេទតបស្នងប្រកបដោយសតិសម្បជញ្ញៈ។

អ្នកដែលតបស្នងយឺត ទោះជាត្រូវទទួលការរិះគន់យ៉ាងណាក៏គេមិនសូវជាឈឺក្បាលហាលថ្ងៃអ្វីប៉ុន្មានទេឡើយ។ បានន័យថា គេមិនសូវធ្វើតាម ហើយក៏មិនចង់តបតអ្វីដែរ (ខ្លះទាល់តែលេងធមិក្តៅ)។

អ្នកដែលឆាប់តងស្នង គេតែងរំដើបរំជួលភ្លាមៗទៅតាមការរិះគន់ ប្រែប្រួលទឹកមុខទៅជាក្រហមឬស្លេកស្លាំង អារម្មណ៍មិនទៀងទាត់ជួនកាលក៏ទៅជាធ្លាក់ទឹកចិត្ត ជួនកាលក៏ខំពង្រឹងឲ្យកាន់តែរឹងប៉ឹង ឬពេលខ្លះ អាចនឹងបាត់ម្ចាស់ការលើខ្លួនឯងក៏មាន (គឺជាការទទួលទាំងពិបាក)។

ចំណែកអ្នកប្រភេទទីបី ជាមនុស្សដែលមានចិត្តចង្អៀតចង្អល់ ប្រកាន់យកខ្លួនឯងជាមនុស្សសំខាន់លើសគេ ជាអ្នកនិយមលើកតម្កើងខ្លួនឯង លម្អៀងមកខាងខ្លួនឯង មិនសូវចេះអត់ធ្មត់។ ទោះបីជាមើលឃើញថាខ្លួនខុសយ៉ាងច្បាស់ក្រឡែតក៏ដោយ គេហ៊ានប្តូរជីវិតដើម្បីការពារមុខមាត់របស់ខ្លួន មិនព្រមទទួលយកការរិះគន់នៅចំពោះមុខឡើយ (ចិត្តក្តៅ មានះ)។

អ្នកដែលតបស្នងប្រកបដោយសតិសម្បជញ្ញៈ គេហ៊ានទទួលយកការរិះគន់ដោយពេញមុខ ដោយបើកចំហ និងព្រមទទួលយកកំហុសមកធ្វើជាមេរៀន(ឧទាហរណ៍ ប្រធានាធិបតីគ្លីនតុន ក្នុងរឿងអាស្រូវជាមួយលេខាស្រីរបស់គាត់ គាត់បានសារភាពកំហុសជាសាធារណៈ ធ្វើឲ្យសាច់រឿងចប់ទៅតាមសម្រួល ហើយគាត់នៅតែជាមនុស្សដែលគេគោរពជាដដែល)។

លោកអ្នកត្រូវចេះជ្រើសយកវិធីទិតៀនរិះគន់តម្រូវទៅតាមនិស្ស័យរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។

មនុស្សដែលមានចិត្តគំនិតកម្រិតខ្ពស់ យើងគួរផ្ដល់ជាយោបល់ឲ្យគេយកទៅគិតពិចារណាដោយខ្លួនឯង។ មនុស្សដែលចាប់រំជើបរំជួល អ្នកគួររិះគន់ដោយប្រយោល ដោយការឧបមាឲ្យគេយល់ជាន័យ។ មនុស្សដែលមាននិស្ស័យបើកចំហ សាមញ្ញ អ្នកគួរប្រាប់ត្រង់ៗក៏បានដែរ។ ឯអ្នកដែលចូលចិត្តបង្កបញ្ហាធំៗ អ្នកគួររិះគន់ឲ្យចំៗ ចំណែកមនុស្សពូកែធ្វេសប្រហែស អ្នកត្រូវឧស្សាហ៍ដាស់តឿនឲ្យបានញឹកញាប់...។ល។

ក្នុងការទិតៀនរិះគន់ អ្នកក៏មិនគួរប្រើវិធីតែមួយងាប់ក្រឡាដែរ អ្នកគួរសិក្សាស្វែងយល់បន្ថែម ត្រូវចេះបត់បែនទៅតាមកាលៈទេសៈផ្សេងៗ ទៅតាមរូបភាពផ្សេងៗ ដើម្បីឲ្យការទិតៀនរិះគន់កាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព។

✱ ***ការទិតៀនរិះគន់ដ៏ត្រឹមត្រូវ ត្រូវតែធ្វើដោយរលូន :*** ចំពោះបញ្ហាធម្មតាទូទៅ យើងអាចទិតៀនរិះគន់នៅចំពោះមុខបាន តែក៏ត្រូវមើលទៅតាមមនុស្សផងដែរ។ ជួនកាលអាចជាការបន្ទុយពាក្យចោលដើម្បីឲ្យគេយល់ពីបញ្ហាដែលអាចនឹងកើតឡើង និងជាពិសេស អ្នកត្រូវជៀសវាងកុំប្រើពាក្យណាដែលប៉ះពាល់ធ្ងន់ៗពេក។

✱ ***ការជេរលត្ថះធ្ងន់ៗទៅលើអ្នកនៅក្រោមបញ្ជារបស់ខ្លួនគ្មានបានផលល្អប៉ុន្មានទេ :*** តាមពិតគេគួរតែបានចងចាំពីចំណុចដែលគេធ្វើខុស គ្មានអ្វីចាំបាច់ត្រូវចងចាំពីពាក្យត្មះតិះដៀលឡើយ។ ការដៀលត្មះដោយពាក្យអាក្រក់ៗ មានតែធ្វើឲ្យពួកគេទទួលការឈឺចាប់ដោយខ្វះភាពយុត្តិធម៌ ឬបង្កឲ្យមានការគុំកួន និងមានគំនិតប្រឆាំងតបតមកវិញនោះឯង វាមិនបានជួយផ្ដល់ផលល្អក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហាអ្វីឡើយ។

✱ អ្នកគួរចេះប្រើវិធី"ត្បុកហើយស្តុំ"ខ្លះផង : បើអ្នករវល់តែទិតៀនរិះគន់មួយមុខ ដោយគ្មានការលើកសរសើរខ្លះ វាក៏មិនយុត្តិធម៌ដែរ។ យើងអាចប្រើវិធីនេះ ដោយរិះគន់មុនសរសើរតាមក្រោយ ឬសរសើរជាមុនចាំរិះគន់តាមក្រោយ ទៅតាមកាលៈទេសៈនីមួយៗ។

✱ វិធីបន្ថយទម្ងន់ ដោយយកបទពិសោធន៍ខ្លួនឯងមកប្រើ : ជាវិធីទទួលស្គាល់ថា ខ្លួនដែលជាអ្នករិះគន់គេ ក៏ធ្លាប់ធ្វើខុសអញ្ចឹងដែរ។ បន្ទាប់ពីនោះ យើងបង្ហាញពីកំហុសរបស់គេដោយលក្ខណៈទន់ភ្លន់ ព្រោះភាពទន់ភ្លន់នឹងជួយកាត់បន្ថយការប្រឆាំងតបតពីភាគីម្ខាងទៀត ដូចជាការនិយាយថា " អ្នកធ្វើដូច្នេះមិនត្រឹមត្រូវទេ ទៅថ្ងៃមុខត្រូវប្រយ័ត្នប្រយែងផង កាលពីនៅក្មេង ខ្ញុំក៏ធ្លាប់ខុសអញ្ចឹងដែរ មិនសូវដឹងរាក់ជ្រៅ ធ្វើឲ្យកើតរឿងរ៉ាប់មិនអស់ បើប្រៀបនឹងខ្ញុំកាលពីសម័យនោះ អ្នកនៅគ្រាន់បើជាងខ្ញុំផង"។

✱ គួរជៀសវាងសម្តីបែប "ទៅទាំងកាក"
ឬសម្តីវាយប្រហារទៅលើបុគ្គល : ទោះបីជាយើងពុំមានចេតនារិះគន់ដោយធ្ងន់ៗក៏ដោយ តែការមិនចេះជ្រើសរើសពាក្យយកមកប្រើឲ្យបានសមរម្យ ធ្វើឲ្យសម្តីយើងមានរបៀប "ទៅទាំងកាក" ដូចជា៖

" ឯងនេះ! គ្មានបានការស្អីសោះ!!! "

" ឯងនេះ! ទុកចិត្តមិនបានទាល់តែសោះ!!! "

" មនុស្សដូចឯង មានតែលិចលង់ហិនហោច!!! "...។ល។

នេះជាពាក្យសម្តីបំបាក់ទឹកចិត្តមនុស្ស យើងមិនគួរយកវាមកប្រើក្នុងការទិតៀនរិះគន់ទេ។ អ្វីដែលអ្នកគួរនិយាយ គឺការចង្អុលឲ្យចំពីកំហុសដែលគេបានធ្វើ ដើម្បីឲ្យគេបានដឹងខ្លួន និងកែប្រែឲ្យល្អមកវិញ។

យើងមិនគួរបង្វែរការទិតៀនរិះគន់
ឲ្យទៅជាការបញ្ចេញអារម្មណ៍របស់ខ្លួននោះទេ។

✱ ការរិះគន់ដាស់តឿនត្រូវតែឆ្លុះបញ្ចាំងពី "បំណងល្អ" :

ការរិះគន់ដាស់តឿន តែងឆ្លុះបញ្ចាំងឲ្យឃើញពីបំណងច្រើនបែបរបស់មនុស្ស។ ពេលយើងហាមាត់រិះគន់ ដាស់តឿនទៅលើនរណាម្នាក់ ប្រសិនបើអ្នកនោះរកឃើញថា យើងមិនបានដាស់តឿនគេដោយក្តីបារម្ភ ឬដោយចេតនាល្អអ្វីទេនោះ ហើយបែរជាមានបង្កប់ដោយពិសពុល ឬដោយមានចេតនាអ្វីផ្សេងៗទៀត គេមុខជានឹងងាកមកប្រឆាំងវាយបក ត្រឡប់មកលើយើងវិញ ដោយស្វ័យប្រវត្តិជាមិនខាន។

ពេលដែលយើងចង់ដាស់តឿនអ្នកណាម្នាក់ យើងគួរធ្វើដោយការពិចារណាស្វែងយល់ និងចេះយល់ចិត្តយល់ថ្លើមទៅលើរូបគេ។ អ្នកខ្លះអាចប្រព្រឹត្តនូវអំពើខ្លះដែលយើងគិតថាមិនត្រឹមត្រូវ តែជួនកាល វាអាចជាទង្វើដ៏ចាំបាច់អ្វីមួយដែលគេមិនអាចនិយាយបាន។ ហេតុនេះ មុននឹងហើបមាត់និយាយ អ្នកត្រូវស្វែងយល់ពីកាលៈទេសៈចាំបាច់ ឬសុខទុក្ខរបស់គេផង មិនគួរគាបសង្កត់ ឬព្រលះតាមតែអំពើចិត្តនោះឡើយ។ អ្នកត្រូវចេះប្រមើលមើលពីសុខទុក្ខ និងជួយឲ្យគេដោះស្រាយវិបត្តិអស់សិន ទើបជាការល្អ។

✱ *មិនទាន់ជាក់ កុំអាលញាក់ចិញ្ចើម :* មុននឹងរិះគន់ដាស់តឿនទៅលើមនុស្សឬក្រុមណាមួយ អ្នកមិនគួរប្រញាប់ប្រញាល់ផ្តោយមាត់ភ្លាមៗនោះទេ នេះជាទម្លាប់អាក្រក់មួយ។ ការគ្រាន់តែបានព័ត៌មានបន្តិចបន្តួច ស្រាប់តែយើងទៅរិះគន់វាយប្រហារភ្លាមៗ វាអាចនាំឲ្យមានការភាន់ច្រឡំវង្វេងគ្នា ហេតុនេះ យើងត្រូវសិក្សារកការពិតឲ្យឃើញច្បាស់សិន ទើបអាចសន្និដ្ឋានថា តើគួរចាំបាច់ត្រូវដាស់តឿនដែរឬទេ? ហើយតើគួរដាស់តឿនទៅលើផ្នែកណា? ពេលដាស់តឿនទៅហើយ វានឹងបានលទ្ធផលអ្វីខ្លះ?

អ្នកត្រូវចេះប្រមើលមើលពីរយ៉ាង ៖

១- បានផលចំណេញអ្វីខ្លះ?

២- ប៉ះពាល់ទៅលើអ្វីខ្លះ?

ម្យ៉ាងទៀតដើម្បីចៀសវាងការភាន់ច្រឡំ អ្នកអាចធ្វើតេស្តទៅលើភាគីម្ខាងទៀតជាមុនថា តើគេនិយាយដូចម្ដេចខ្លះ? ក្រោយពីរកការពិតឃើញច្បាស់លាស់ហើយ ចាំសម្រេចចិត្តថាគួរធ្វើយ៉ាងណា។ នេះជាវិធីដ៏ល្អមួយ ដែលចាស់ៗទុកពាក្យស្លោក ***"មិនទាន់ជាក់ កុំអាលញាក់ចិញ្ចើម"*** សម្រាប់ឲ្យយើងចេះតាំងសតិរបស់ខ្លួនឲ្យបានល្អនោះឯង។

✱ *មើលទី មើលកន្លែង :* មនុស្សម្នាក់ៗតែងស្រឡាញ់និងរក្សាកិត្តិយសរបស់ខ្លួន។ អ្នកមិនគួររិះគន់ដាស់តឿនអ្នកណាម្នាក់នៅតាមទីកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើនជាដាច់ខាត។ ការរិះគន់ដាស់តឿនទីមួយៗតែងលើកយករឿងរ៉ាវដែលបែកជាអូរហូរជាស្ទឹងមកនិយាយ ឬមួយប្រៀបដូចជាការស្រាតខោស្រាតអាវរបស់គេអញ្ចឹង។ ហេតុនេះបើយើងយករឿងរបស់គេមកបើកកកាយកណ្ដាលចំណោមមនុស្ស វាអាចធ្វើអ្នកនោះទទួលនូវក្ដីអាម៉ាស់កាន់តែធ្ងន់ និងអាចបណ្ដាលឲ្យគេបែរទៅជាខឹងសម្បារផងដែរ។ នៅក្នុងស្ថានការណ៍បែបនេះ ទោះបីជារូបអ្នក មានចេតនាល្អយ៉ាងណាក៏ដោយ គេនឹងនៅតែយល់ថា អ្នក "ចង់បំបាក់មុខគេ" ទៅវិញ។

✱ *មើលពេល មើលវេលា :* ប្រសិនបើអ្នកដែលយើងមានបំណងដាស់តឿន គេកំពុងស្ថិតនៅក្នុងសភាព ***"មានអារម្មណ៍មិនល្អ"*** នៅឡើយ នោះមិនមែនជាចង្វាក់ដ៏ត្រឹមត្រូវសម្រាប់ឲ្យយើងទៅដាស់តឿនគេទេ។ អ្នកដែលកំពុងមានអារម្មណ៍មិនល្អ សតិសម្បជញ្ញៈរបស់គេត្រូវបាត់បង់អស់ជាងពាក់កណ្ដាលទៅហើយ គេមុខជាមិនអាចវិនិច្ឆ័យថា តើយើងមានចេតនាយ៉ាងណាជាមួយគេឡើយ ប្រសិនបើយើងចចេសទៅដាស់តឿនគេនៅពេលនោះ វាមិនត្រឹមតែមិនអាចដោះស្រាយអ្វីកើតនោះទេ តែវាបែរជាឈានទៅរកវិធី ***"យកសាំងទៅជះលើភ្លើង"*** ទៅវិញនោះឯង។

✱ ***អេះឱ្យចំកន្លែងរមាស់ :*** ការរិះគន់ដាស់តឿន មិនគួរធ្វើឲ្យវាទៅជាវែងឆ្ងាយពេកឡើយ។ អ្នកគួររកពាក្យនិយាយឲ្យខ្លី តែមានន័យច្បាស់។ ចំសាច់រឿង ចំពេលវេលា ដូចជាយើងអេះរមាស់ដូច្នោះដែរ។ ការអេះខុសកន្លែងរមាស់ដូចជា រំលើកបើកកកាយរឿងពីណាពីណីយកមកបកស្រាយ វាក៏មិនខុសពី ***“ដំបៅមិនឈឺយកឈើចាក់”*** នោះឡើយ។ ហេតុនេះ ការនិយាយម៉ាត់ៗចំសាច់រឿង វាជួយមិនឲ្យយើងខាតពេលវេលា ហើយជួយរក្សាចំណងមេត្រីឲ្យបានល្អផងដែរ។

✱ ***ត្រូវទុកផ្លូវឱ្យគេដើរផង កុំរុញឱ្យទល់ជញ្ជាំង :*** មិនថាជាមនុស្សប្រុសខ្លា ឬជាសត្វកាច សត្វស្លូតអ្វីក៏ដោយ ពេលដែលត្រូវទ័លច្រកអស់វិធីគេច ទឹកចុងក្រោយរបស់គេ មានតែការវាយបកប៉ុណ្ណោះ។ ក្នុងពេលដែលអ្នកត្រូវដាស់តឿនអ្នកណា អ្នកត្រូវចេះទុកមុខ ទុកឲ្យគេមានសល់ផ្លូវសម្រាប់ដើរខ្លះ សូមកុំជាន់ឲ្យលិចកប់ដីហើយទន្ទ្រាំថែមទៀតឲ្យសោះ ព្រោះក្នុងស្ថានការណ៍ “ដល់ក” បែបនេះ មិនថាជានរណាឡើយ មុននឹងស្លាប់មុខជាកញ្ជ្រោលឲ្យអស់ចិត្តសិន។ ពេលនោះគឺជាពេលដែលមិនបាច់ចាំរកហេតុផល ឬមិនបាច់រកខុសត្រូវអ្វីឡើយ មានតែប្រយុទ្ធមួយមុខប៉ុណ្ណោះ។ ហេតុនេះ តើអ្នកចង់ឃើញហេតុការណ៍បែបនេះណាស់ទៅឬ? ដូច្នេះ ការទុកច្រកឲ្យដើរ គឺជាវិធីដ៏ល្អបំផុត។ យើងសូមលើកឧទាហរណ៍ពីរយ៉ាង ៖

១- “ ឯងខ្ជិលរបៀបនេះ គេចមិនផុតពីធ្វើខ្ញុំគេទេ! ”

⇨ នេះជាការជាន់ហើយទន្ទ្រាំទៀត (បំបិទផ្លូវ)។

២- “ ឯងខ្ជិលរបៀបនេះមិនល្អទេណា៎! ឯងគួរតែឧស្សាហ៍ប្រឹងប្រែង ទើបអាចមានអនាគតល្អប្រសើរបាន ”

⇨ នេះជាវិធីជាន់ តែទុកផ្លូវឲ្យដើរ (បើកផ្លូវ)។

អ្វីដែលខ្ញុំបានរៀបរាប់មកខាងលើនេះ គឺជាការបង្ហាញអំពីវិធីមួយចំនួនក្នុងការទិតៀនរិះគន់ ដាស់តឿនឲ្យសមាជិកគ្រួសារ មិត្តភក្តិ អ្នកនៅក្រោមបង្គាប់បញ្ជា បានកែប្រែអ្វីដែលធ្លាប់ខុសមករកផ្លូវល្អ។ វិធីទាំងអស់នេះ វាគ្រាន់តែជាវិធីដែលយើងខ្ញុំរកឃើញតែប៉ុណ្ណោះ វាមិនមែនជាវិធីដ៏ត្រឹមត្រូវ គ្រប់គ្រាន់ឥតខ្ចោះ 100% នោះទេ។ លោកអ្នកអានម្នាក់ៗ សុទ្ធតែធ្លាប់បានជួបប្រទះដូចយើងខ្ញុំអញ្ចឹងដែរ ហើយអាចនឹងធ្លាប់ជួបឬដឹងវិធីល្អៗផ្សេងទៀតដែលយើងខ្ញុំមិនធ្លាប់ជួបផងដែរ។ ហេតុនេះ ដូចខ្ញុំបាននិយាយពីខាងលើមកហើយថា គ្មានវិធីអ្វីដែលងាប់ក្រឡានោះឡើយ អ្វីដែលសំខាន់គឺការចេះប្រើវាឲ្យត្រូវកាលៈទេសៈ និងឲ្យទទួលផលជាវិជ្ជមាននោះឯង។

☆☆☆

☞ *អ្នកដែលបញ្ជាទៅលើសម្តី គឺចិត្ត*
បើចិត្តបានទទួលការហ្វឹកហាត់ល្អ មានកម្រិតយល់ដឹងខ្ពស់
វានឹងជួយឲ្យការរិះគន់ដាស់តឿន មានផលជាវិជ្ជមាន
យើងមិនត្រូវរិះគន់ដើម្បីជាន់ឈ្លី ឬដើម្បីចាក់ដោត
និងមិនគួររិះគន់នាំទៅរកភាពជាសត្រូវ និងក្តីវិនាសនោះទេ។
សង្គមត្រូវការអ្នករិះគន់ដោយចិត្តបរិសុទ្ធ រិះគន់ដើម្បីស្ថាបនា
រិះគន់ដើម្បីដាស់សតិសម្បជញ្ញៈ ដើម្បីភាពស្រស់ញញឹម។
រិះគន់ដោយបំណងអាក្រក់ វានឹងឲ្យផលអាក្រក់
រិះគន់ដោយបំណងល្អ និងត្រូវកាលៈទេសៈ
វានឹងឲ្យផលល្អ ប្រកបដោយកិត្តិយសទៀតផង។

ចូរគិតឱ្យបានឈ្លាសវៃ

តែត្រូវសម្ដែងចេញដោយភាសាសាមញ្ញ

ដែលមនុស្សធម្មតាអាចយល់បាន។

វិល្លៀម បាត្លឺរ៍ ឃីនស៍

☆☆☆

វាហាក់ដូចជាមានបទបញ្ញត្តិដ៏សាមញ្ញមួយយ៉ាងដែលថា

បើអ្នកប្រព្រឹត្តអ្វីដែលមិនគួរគប្បីមកលើខ្ញុំ

គឺខ្លួនអ្នកនោះឯង ដែលត្រូវទទួលនូវក្តីវិនាសឬអាប់ឱន។

I got a simple rule about everybody;
If you don’t treat me right, same on you.

លូវី អាមស្ត្រុង – Louis Armstrong

☆☆☆

១៤

កុំនិយាយឱ្យគេអាម៉ាស់ឬឈឺចាប់

« អ្នកដែលចូលចិត្តធ្វើឲ្យអ្នកដទៃឈឺចាប់ គឺមនុស្សល្ងង់ »

...មនុស្សរស់ក្នុងសង្គមមិនអាចបិទមាត់ឈឹងដោយមិននិយាយអ្វីសោះនោះទេ ទោះជាអ្នកនោះមិនសូវបេះមាត់កអ្វីក៏ដោយ គេត្រូវតែមានអ្វីដែលត្រូវនិយាយសម្ដែងចេញមកក្រៅខ្លះៗដែរ ដើម្បីបង្ហាញពីអារម្មណ៍ រឿងរ៉ាវ ឬការផ្សារភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរវាងគ្នានឹងគ្នា។

មនុស្សដែលនិយាយព្រោកប្រាជ្ញជាមួយនឹងគ្នាឯងបានល្អ យើងមិនទាន់រាប់ថាជាមនុស្សមានថ្វីមាត់ទេ។ តែបើអ្នកនោះអាចនិយាយឲ្យអ្នកដែលទើបនឹងជួបសម្ដីគ្នាលើកដំបូងមានអារម្មណ៍ថា “ ស្ដាយណាស់ដែលមិនបានជួបគ្នាពីមុននេះឲ្យយូរបន្តិច “ នោះទើបអាចចាត់ទុកថា ជាអ្នកមានថ្វីមាត់ដ៏ល្អពិតប្រាកដ។

គោលបំណងដ៏ចម្បងក្នុងការសន្ទនា គឺការភ្ជាប់ចំណងទាក់ទងចងមិត្តមេត្រី។ ហេតុនេះ យើងត្រូវព្យាយាមជៀសវាងការនិយាយបែបណាដែលបង្កឲ្យមានភាពសៅហ្មងរវាងគ្នានឹងគ្នា។ ការសន្ទនាក៏មិនខុសអ្វីពីការរៀបចំតវិយាបថរបស់យើងនោះឡើយ ការនិយាយ ឬការសម្ដែងតវិយាបថខុសតែបន្តិចបន្តួច ក៏អាចបង្កឲ្យមានបញ្ហាធំៗបានដែរ។

ជាទូទៅ យុវជន យុវនារីដែលទើបតែបោះជំហានចូលក្នុងសង្គម គួរតែនិយាយឲ្យតិចសិន គួរប្រយ័ត្នប្រយែងកុំទាន់អន្ទះសានិយាយទាំងទទឹងទិសឲ្យសោះ។ អ្នកត្រូវសិក្សាទៅលើអ្នកស្ដាប់ជាមុនសិនថា តើគេមានអារម្មណ៍នឹងស្ដាប់យើងនិយាយដែរឬទេ? ប្រសិនបើរកឃើញថា គេមិនចង់ស្ដាប់ទេ សូមអ្នកកុំនិយាយល្អជាង។ រឿងដែលមនុស្សមិនចង់ស្ដាប់ មានច្រើនបែបច្រើនយ៉ាងដូចជា ៖

- និយាយដដែលៗគួរឲ្យធុញ
- និយាយខុសពីចិត្តដែលគេកំពុងគិតនៅពេលនោះ
  (ឧ. គេកំពុងគិតរឿងធ្វើបុណ្យ យើងទៅនិយាយរឿងបាតុកម្ម)
- និយាយប្រឆាំងនឹងគំនិតរបស់គេ
- និយាយពីអ្វីដែលគ្មានការទាក់ទងជាមួយគេ
- និយាយពីរឿងដែលខូចខាតផលប្រយោជន៍របស់គេ
- និយាយខុសពីលំដាប់ឋានៈរបស់គេ

លើសពីនេះទៅទៀត គឺការនិយាយបើកកកាយរឿងផ្ទាល់ខ្លួន និងសម្ដីដែលមានចេតនាធ្វើឱ្យគេឈឺចាប់នោះឯង។

សម្ដីមួយបែប ធ្វើឲ្យមនុស្សទទួលអារម្មណ៍ថាមានសេចក្ដីសុខ។ ឯសម្ដីមួយបែបទៀត បង្កឲ្យមានអារម្មណ៍មិនល្អ ឬទៅជាការក្ដៅក្រហាយ។

យើងសូមរៀបរាប់នូវប្រការគួរជៀសវាងខ្លះៗដូចខាងក្រោម ៖

✱ មិនគួរបើកកកាយដំបៅចាស់របស់អ្នកដទៃ :

បើអ្នកចង់រកឱ្យបានមនុស្សល្អឥតខ្ចោះនៅលើលោក គឺពិតជារឿងដែលពិបាកបំផុត។ មនុស្សម្នាក់ៗ តែងតែមានចំណុចខ្សោយរៀងៗខ្លួន ដូចជាភាពមិនប្រក្រតីខាងរាងកាយ ទង្វើខ្លះដែលគួរឱ្យអាម៉ាស់ និងការធ្លាប់ប្រព្រឹត្តខុសមួយចំនួនដែលសាមីខ្លួនកំពុងព្យាយាមកែសម្រួល។ ជាទូទៅគេមិនចង់ឱ្យអ្នកណាមករំលើកបើកកកាយរឿងអាស្រូវរបស់ខ្លួន ឱ្យគេដឹងជាសាធារណៈនោះទេឡើយ។ ការព្យាយាមបើកកកាយរឿងផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកដទៃ វាមិនខុសពី ***"ដំបៅមិនឈឺយកឈើចាក់"*** នោះទេ។ មនុស្សថ្លាតគេនឹងមិនប្រព្រឹត្តអំពើមិនគប្បីបែបនេះឡើយ ជាពិសេស ការបើកកកាយទៅលើភាពពិការ ឬចំណុចមិនពេញលេញខាងរាងកាយរបស់មនុស្ស។

ការបើកកកាយដំបៅចាស់របស់អ្នកដទៃ គឺជារឿងដ៏អាក្រក់បំផុត ព្រោះមានតែមនុស្សល្ងង់និងមនុស្សឆ្កួតទេ ដែលមិនចេះខឹង។

មនុស្សគ្រប់រូប មិនថាជាអ្នកនោះជាមនុស្សធម្មតា ឬជាអ្នកមានគុណធម៌ខ្ពស់ ឬជាអ្នកតូចអ្នកធំណាក៏ដោយ សុទ្ធតែមានដំបៅចាស់គ្រប់គ្នារៀងៗខ្លួន។ ហេតុនេះ សុំអ្នកកុំទៅច្រុះដំបៅនោះឱ្យវាឈឺឡើងវិញឱ្យសោះ ព្រោះណាមួយ វាគ្មានបានចំណេញអ្វីផង ហើយម្យ៉ាងទៀត ការធ្វើបែបនេះវាមានតែបង្កនូវភាពអមិត្ត ឬអាចនឹងបង្កគ្រោះភ័យដល់ខ្លួនវិញផង។

ក្នុងការចងចំណងមេត្រីជាមួយបុគ្គលផ្សេងៗ យើងចាំបាច់ត្រូវដឹងអំពី "ដំបៅចាស់"របស់គេជាមុន ដើម្បីជៀសវាងការជ្រុលជ្រួសទៅលើគ្នា។

⇨⇨⇨

✱ *ពាក្យសម្ដីចាក់ដោតធ្វើឱ្យគេឈឺចាប់*

មនុស្សខ្លះដែលគិតថាខ្លួនឯងឆ្លាត មានវោហារខាងផ្លូវសិកសៀត ពាក្យសម្ដី គេមានភាពស្ទាត់ជំនាញខាងការប្រើសម្ដីឲ្យអ្នកដទៃឈឺចាប់ និង ដើម្បីឲ្យខ្លួនឯងឬក្រុមខ្លួនបានសប្បាយពេញចិត្តពេញថ្លើម។ សួរថាធ្វើបែបនេះ តើគេបានចំណេញអ្វីខ្លះ? ខ្ញុំហ៊ាននិយាយថា

"ពាក្យចាក់ដោត មានតែបង្កការបែកបាក់ប៉ុណ្ណោះ"

ខ្ញុំសុំលើកយកប្រសាសន៍របស់លោក បិនចាមិន ហ្វ្រែងគ្លិន ដែល ខ្ញុំធ្លាប់បានបង្ហាញក្នុងសៀវភៅប្រាជ្ញាជីវិតម្ដងហើយ យកមកបង្ហាញសាជាថ្មី ម្ដងទៀតគឺ

"បើអ្នកចូលចិត្តសួរដេញដោលផ្ទាញ់ផ្ទាលកាច់កុងជាមួយអ្នកដទៃ
សូម្បីតែពេលខ្លះ អ្នកបានទទួលជ័យជម្នះ
ក៏ជ័យជម្នះនេះ ជាជ័យជម្នះដែលឥតន័យ
ព្រោះអ្នកគ្មានបានទទួលអារម្មណ៍ល្អពីភាគីម្ខាងទៀតឡើយ"។

អ្នកដែលនិយាយពាក្យចាក់ដោត មិនមែនគេមិនដឹងថា អ្វីដែលខ្លួន ធ្វើទៅវាហុចផលដូចម្ដេចនោះទេ តែគេយល់ឃើញថា ការធ្វើឲ្យអ្នកដទៃ ឈឺចាប់ គឺជាសេចក្ដីសុខរបស់ខ្លួន។ មនុស្សប្រភេទនេះ អាចមកពីអាការៈ ខាងផ្លូវចិត្តមិនសូវប្រក្រតី។ ប្រការទាំងនេះ ភាគច្រើនមិនមែនកើតមាន មកពីកំណើតនោះទេ តែដោយសម្ពាធបរិយាកាសជំរុញឲ្យគេដើរទៅតាម ផ្លូវដែលខុសដូច្នោះ។ **ប្រការម៉្យាង** មកពីគេប្រកាន់យកអំពីភាពឆ្លាតរបស់ខ្លួន តែដោយមនុស្សទូទៅ មិនព្រមទទួលស្គាល់ភាពឆ្លាតនោះ ធ្វើឲ្យគេទទួល អារម្មណ៍ថា អ្វីៗមិនដូចការគិតរបស់ខ្លួន។ **ប្រការទីពីរ** គេបង់តម្កើងខ្លួន

ប្រាថ្នាឲ្យអ្នកផងគោរពលើកដើងខ្លួនឯង តែបែរជាមិនបានដូចចិត្ត ទើបធ្វើឲ្យគេទៅជាខឹងសម្បារនឹងអ្នកដទៃ។ **ប្រការទីបី** ពេលដែលចិត្តពោរពេញទៅដោយគំនិតចងអាឃាតព្យាបាទកាន់តែច្រើនឡើងៗ ព្រមទាំងគ្មានឱកាសបានរំសាយផង ឯខ្លួនគេផ្ទាល់ក៏មិនបានហ្វឹកហាត់កែសម្រួលផ្លូវចិត្តឲ្យបានល្អប្រសើរផង ហេតុនេះ គេក៏រំសាយកម្តៅទាំងនោះ ដោយការបញ្ចេញចង្កូមដាក់មនុស្សណាដែលគេមិនចូលចិត្តតែម្តងទៅ។ ទង្វើបែបនេះ បើកើតឡើងជាញឹកញាប់ទៅលើនរណាម្នាក់ ដោយមិនមានការហ្វឹកហាត់អប់រំផ្លូវចិត្តទេ គេអាចនឹងក្លាយជាមនុស្សដែលមានជំងឺសរសៃប្រសាទក្នុងថ្ងៃណាមួយ។

ទោះជាយ៉ាងណា ពាក្យចាក់ដោតធ្វើឲ្យគេឈឺចាប់ គ្មានផ្តល់ផលចំណេញដល់នរណាឡើយ វាមានតែនាំឲ្យកើតផលអាក្រក់ដល់ខ្លួនឯង និងអ្នកនៅជុំវិញតែប៉ុណ្ណោះ។ ហេតុនេះ បើវាធ្លាប់កើត ចូរអ្នកព្យាយាមតាំងសតិរបស់ខ្លួន កែសម្រួលវាបន្តិចម្តងៗ និងទន្ទេញក្នុងចិត្តថា

☞ *ខ្ញុំនឹងមិននិយាយឲ្យអ្នកណាឈឺចាប់ជាដាច់ខាត*
ខ្ញុំនឹងនិយាយតែពីអ្វីដែលមានប្រយោជន៍ដល់មនុស្ស។
ពេលនោះ ភាពអស្ចារ្យនឹងបង្ហាញឲ្យអ្នកឃើញថា
អំពើល្អ មានមហិទ្ធិឫទ្ធិខ្ពង់ខ្ពស់បំផុតនៅលើលោក។

អ្នកមិនអាចចាប់ដៃជាមួយអ្នកដទៃ

ដោយកណ្ដាប់ដៃដ៏ណែនក្ដន់របស់ខ្លួនបានឡើយ។

ឥណ្ឌារ៉ា គន្ធី

☆☆☆

១៥

មិននិយាយពីអ្វីដែលគេមិនចូលចិត្ត

« បើនៅតែចចេសនិយាយពីរឿងដែលគេមិនចូលចិត្ត
មានន័យថា អ្នកជាមនុស្សល្ងង់ ឬមានចេតនាមិនល្អ »

... កាលពីក្មេង ព្រះមហាក្សត្រ **កាំងស៊ី** ក្នុងរាជវង្សឈិង ព្រះអង្គបានខំពុះពារកសាងប្រទេសរហូតបានចម្រើនថ្កុំថ្កើងរុងរឿង សាងស្នាដៃល្អៗផ្សេងៗជាច្រើន។ ពេលចូលដល់វ័យជរា ព្រះកេសាក៏ទៅជាសសំព្រុស ឯព្រះទន្តក៏សណ្ដកជ្រុះឡើងគ្រហុប។ នេះគឺជាច្បាប់ធម្មជាតិ គ្មាននរណាម្នាក់អាចគេចផុតបានឡើយ។ មនុស្សយើងភាគច្រើន ទោះជាខ្លួនចាស់យ៉ាងណាក៏ដោយ គ្មាននរណាចង់ឲ្យគេនិយាយថាខ្លួនឯងចាស់នោះឡើយ។ ពេលដែលទ្រង់បានឮអ្នកណានិយាយពាក្យចាស់ ព្រះអង្គនឹងទៅជាមិនសប្បាយព្រះទ័យមួយរំពេច ចំណែកពួកស្នំអាមាត្យដែលនៅជិតដិតនឹងព្រះអង្គគេបានដឹងរឿងនេះច្បាស់ណាស់។ ហេតុនេះពួកគេតែងព្យាយាមជៀសវាងការប្រើពាក្យថា "ចាស់" នេះនៅចំពោះព្រះភ័ក្ត្រព្រះអង្គជាដាច់ខាត។

ដើម្បីចង់បង្ហាញឲ្យគេឃើញថា ខ្លួនឯងនៅមិនទាន់ចាស់នៅឡើយ ព្រះអង្គម្ចាស់ កាំងស៊ី បាននាំមហេសី ស្នំ អាមាត្យ និងបរិវារទាំងឡាយ ចេញទៅប្រពាតព្រៃ បរបាញ់សត្វ ឬក៏ទៅស្ទូចត្រីនៅតាមស្ទឹងទន្លេជាដើម។

ថ្ងៃមួយ...ពេលកំពុងស្ទូចត្រីបានមួយសន្ទុះ ប៉ោលក៏ញ័ររញ្ជួយ ពេលវាត់សន្ទូចឡើងឃើញជាប់សត្វកន្ធាយទៅវិញ ព្រះអង្គមិនសូវសប្បាយព្រះទ័យទាល់តែសោះ ហើយពេលកំពុងតែស្រាវសន្ទូចឡើង ស្រាប់តែឮសូរ "ភ្លុង"!..សត្វកន្ធាយក៏របូតមាត់ធ្លាក់ទៅក្នុងទឹកវិញបាត់ទៅ។ ក្នុងពេលនោះ ព្រះមហេសីដែលគង់ប្រថាប់នៅខាងឆ្វេងក៏មានព្រះសវនីយ៍ល្វងព្រះទ័យថា

"មើលទៅសត្វកន្ធាយនោះប្រហែលជាចាស់អស់ធ្មេញរលីងហើយ បានជាខាំសន្ទូចមិនជាប់!" ចំណែកស្នំវ័យក្មេងម្នាក់ ដែលឈរនៅក្បែរនោះ បានឮដូច្នេះ ទប់សំណើចមិនជាប់ ក៏ផ្ទុះសំណើចឃឹកៗសើចឡើងរមួលខ្លួន។

ទតឃើញដូច្នេះ ព្រះមហាក្សត្រទ្រង់ខ្ញាល់ជាខ្លាំង។ ព្រះអង្គទ្រង់ព្រះតម្រិះថា ព្រះមហេសីមានចេតនាល្អទេ តែនាងស្នំបែរជាមានចេតនាសើចចំអកទៅវិញ មានគំនិតចង់ឡកឡឺយដល់រូបព្រះអង្គថា ព្រះអង្គឯងក៏មានព្រះទន្តដែលប្រើការមិនកើតដែរ។ ពេលត្រឡប់ទៅដល់ព្រះរាជវាំង ព្រះអង្គបញ្ជាឲ្យគេយកស្នំនោះទៅដាក់គុកងងឹត ដោយមិនឲ្យឃើញពន្លឺថ្ងៃអស់មួយជីវិត។ ស្នំក្មេងនោះដកដង្ហើមធំ ហើយពោលថា

"ដោយសារតែការមិនប្រយ័ត្នប្រយែង មិនចេះគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង ធ្វើឱ្យខ្លួនត្រូវលំបាក និងទទួលគ្រោះកម្មបែបនេះ"

ព្រោះហេតុអ្វី ពេលព្រះមហេសីមានបន្ទូលចេញពាក្យថា "ចាស់" តែព្រះអង្គមិនប្រកាន់ទោស ឯស្នំគ្រាន់តែសើចបែរជាមានទោសយ៉ាងធ្ងន់ទៅវិញ?

ប្រការទី១ ដោយសារភាពជិតស្និទ្ធនិងមនោសញ្ចេតនា រវាងព្រះមហេសីហើយនឹងស្នំមានសភាពខុសគ្នា។ ប្រការទី២ ព្រះសវនីយ៍របស់ព្រះមហេសីបានបង្ហាញនូវរូបភាពពីរបែប គឺរូបភាពពិតនិងរូបភាពបង្កប់។ ចំពោះរូបភាពពិត ទោះជាព្រះមហេសីបានសម្ដែងពាក្យ "ចាស់" នេះមែន តែក៏នៅក្នុងន័យដែលបង្កប់ដោយចេតនាល្អងលោមចិត្ត (ចេតនាល្អ) ដែលធ្វើឲ្យព្រះអង្គម្ចាស់ កាំងស៊ុ មិនមានព្រះទ័យក្រោធអ្វីឡើយ។ ចំណែកស្នំ ទោះបីជាគេពុំបាននិយាយពាក្យអ្វីចេញមក ដោយគ្រាន់តែអស់សំណើចទៅតាមព្រះសវនីយ៍របស់ព្រះមហេសីប៉ុណ្ណោះ តែដោយគម្លាតដ៏ឆ្ងាយរវាងស្នំ ហើយនឹងស្ដេច ធ្វើឲ្យព្រះអង្គមានព្រះតម្រិះយោងទៅរកចេតនាអាក្រក់ ដែលទៅជាការមើលងាយព្រះចេស្ដាទៅវិញ។

នាងស្នំដែលសូម្បីគ្រាន់តែសើច តែជាការបង្ហាញឲ្យឃើញនូវការមិនយល់ពីចិត្តថ្លើមរបស់អ្នកដទៃ នាកាលពីយុគសម័យបុរាណ តែវាក៏ដូចគ្នាមកក្នុងសម័យបច្ចុប្បន្នយើងផងដែរ។ អ្នកដែលសើចចំអកដល់ចំណុចខ្សោយរបស់អ្នកដទៃបែបនេះ គឺគេពិតជាមិនអាចទទួលយកបានឡើយ។

មនុស្សម្នាក់ៗសុទ្ធតែប្រាថ្នាឲ្យអ្នកដទៃគោរពនូវតម្លៃរបស់ខ្លួន មិនមែនឲ្យតែដល់ពេលជួបគ្នាម្ដងៗ បែរជាយករឿងដែលខ្លួនមិនសប្បាយចិត្ត ដូចជា រឿងដែលនាំឲ្យកើតទុក្ខ ចំណុចមិនល្អ រឿងផ្ទាល់ខ្លួន ឬរឿងដែលធ្វើឲ្យអាម៉ាស់មកនិយាយនោះឡើយ។ រឿងទាំងនេះ ម្នាក់ៗតែងមានរៀងៗខ្លួន ហេតុនេះ ក្នុងចំណងទាក់ទងផ្សេងៗ យើងត្រូវតែប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការប្រើពាក្យសម្ដីឲ្យបានសមរម្យ ត្រូវចេះគោរពនិងផ្ដល់តម្លៃដល់គ្នា និងមិនគួរនិយាយពាក្យណាដែលធ្វើឲ្យគេ "ប្រកាន់" ជាដាច់ខាត ព្រោះវាអាចនឹងធ្វើឲ្យទំនាក់ទំនងត្រូវប្រេះឆា ហើយបន្តិចម្ដងៗ វាធ្វើឲ្យខ្លួនយើងក្លាយទៅជា **"មនុស្សដែលគេមិនចង់ជួបមុខ"** នោះឯង។

✍... ស្ត្រីធាត់ម្នាក់កំពុងជ្រើសរើសក្រណាត់ក្នុងហាងមួយ នាងបម្រុងទិញក្រណាត់ផ្កាជាច្រើនដុំ ក្រណាត់ការ៉ូមួយដុំ និងក្រណាត់ក្រឡាច្នូតទទឹងធំៗមួយដុំ។ អ្នកលក់ក៏ឲ្យដំបូន្មានថា "ក្រណាត់ច្នូតធំៗសមតែជាមួយមនុស្សស្គមទេ មនុស្សធាត់ដូចអ្នកអញ្ជើង ស្លៀកសំពត់បែបនេះ វាកាន់តែអាក្រក់មើលណាស់ទៅទៀត"។

អ្នកលក់និយាយដោយចេតនាល្អទេ តែដោយប៉ះទៅលើចំណុចខ្សោយរបស់អ្នកទិញ (មនុស្សធាត់) នារីធាត់ខឹងជាខ្លាំង និយាយមិនចេញដើរចេញដោយគ្មានលាមួយម៉ាត់។

✍... វិចិត្រករម្នាក់ពិការដៃទាំងពីរ តាំងពីកំណើត គេខំតស៊ូព្យាយាមហ្វឹកហាត់ប្រើជើងទាំងពីររបស់ខ្លួន រហូតអាចសរសេរអក្សរ ថែមទាំងគូររូបបានយ៉ាងល្អ និងត្រូវបានជ្រើសរើសឲ្យយករូបភាពទៅប្រកួតនៅឯបរទេសទៀតផង។ អ្នកយកព័ត៌មានម្នាក់បានមកសុំសម្ភាស ព្រមទាំងសួរសំណួរបែបខុសទំនងមួយថា " អ្នកបានសាងកេរ្តិ៍ឈ្មោះដោយសារម្រាមជើង តើនៅក្នុងគំនិតរបស់អ្នក អ្នកគិតថា តើជើងមានប្រយោជន៍ជាង ឬមួយដៃវាមានប្រយោជន៍ជាង? "។ សំណួរនេះធ្វើឲ្យវិចិត្រកររូបនេះមានក្ដីសៅហ្មងក្នុងចិត្តជាខ្លាំង គេឆ្លើយតបទៅវិញថា " រូបចម្លាក់វីនុស (Venus) មានឈ្មោះល្បីល្បាញដោយសារតែដៃកំបុត តើអ្នកឯងគិតថារូបវីនុសមានដៃទើបស្អាត ឬកំបុតដៃទើបស្អាត?"។

សំណួរបញ្ឈ្លាសនេះ ធ្វើឲ្យអ្នកកាសែតរូបនោះឆ្លើយលែងរួច។ ឯការសម្ភាសក្នុងពេលនោះ ក៏ត្រូវចប់ដោយគ្មានបានការអ្វីដែរ។

សុភាសិតមួយបានពោលថា

« ចូរកុំប្រើពាក្យទំពែក ឬឆកជាមួយនឹងមនុស្សអត់សក់ »

អ្នកដែលគ្នាមានលក្ខណៈមិនគ្រប់គ្រាន់ខាងរាងកាយ ឬមានវិបត្តិ

ស្រាប់មកនោះ ក្នុងអារម្មណ៍របស់គេ វាមានទុក្ខកង្វល់សមល្មមទៅហើយ ឯយើងខំទៅជាន់ថែម តើវាជាការសមគួរដែរឬទេ? ដូចនេះពេលណាជួបនឹងហេតុការណ៍បែបនេះ អ្នកគួរព្យាយាមជៀសវាងកុំនិយាយរឿងណាដែលមិនគួរនិយាយ បើមិនដូច្នោះទេ អ្នកដទៃគេក៏នឹងមិនបណ្ដោយឲ្យអ្នកបានរួចខ្លួនដោយស្រួលៗដែរ។ ទីបំផុត អ្នកនិងគេ ត្រូវទទួលការឈឺចាប់ដូចៗគ្នា។

ក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ វាអាចមានករណីខ្លះៗដែលយើងមិនអាចគេចឲ្យផុតពីការប៉ះពាល់ខ្លះៗ ដូចជារឿងអ្នកលក់ក្រណាត់ជាដើម វាត្រូវតែមានភាសាមួយ ដែលទាក់ទងនឹងមនុស្សធាត់ឬស្គមដោយជៀសមិនផុត។ ក្នុងករណីនេះ **យើងត្រូវចេះប្រើពាក្យណាដែលប៉ះពាល់យ៉ាងស្រាលបំផុតនិងទន់ភ្លន់បំផុត** ដែលអាចជួយឲ្យការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានដំណើរប្រព្រឹត្តទៅយ៉ាងរលូនដូចជា " សំពត់ក្រឡាធំៗ វាធ្វើឲ្យយើងមានអារម្មណ៍ដូចជារីកធំ វាសមសម្រាប់អ្នកណាដែលស្គមៗ... បើចំពោះរូបអ្នកវិញខ្ញុំគិតថាសំពត់ក្រឡាតូចៗនេះមើលទៅវាសមជាង ពណ៌ក៏ស្អាត ហើយក៏មិនសូវថ្លៃទៀតផង "។

ការកែប្រែពីពាក្យ **"អាក្រក់មើល"** មកជា **"ល្អជាងឬសមជាង"** ឬការនិយាយ **"អាយុជិតសាម"** មកជា **"អាយុជាងម្ភៃ"** ដែលមើលទៅវាមានន័យប្រហាក់ប្រហែលគ្នា តែវាមានផលខាងចិត្តវិទ្យាខុសគ្នា។

☞ *ការប្រើពាក្យឬវិធី ដែលអាចប្រហាក់ប្រហែលគ្នា*
តែវាអាចជាការបង្ហាញពីចេតនាពីរយ៉ាងដែលផ្ទុយគ្នា
ការមិនចេះជ្រើសរើសវិធីដ៏ត្រឹមត្រូវយកមកប្រើ
វាអាចធ្វើឲ្យបំណងល្អ ក្លាយជាចេតនាអាក្រក់
ការប្រុងប្រយ័ត្ននិងការហ្វឹកហាត់ វានឹងជួយឲ្យអ្នកកាន់តែភ្លឺ។

ចង្អុលបង្ហាញពីចំណុចអាក្រក់ ប្រាប់ឱ្យដឹងពីចំណុចល្អ
មនុស្សតែងជ្រើសរើសអ្វីៗទៅតាមភាពឆ្លាតរបស់ខ្លួន។

☆ ☆ ☆

១៦

បែងចែកអាក្រក់និងល្អ

« រវាងផ្លូវចំណេញនិងផ្លូវខាត តើមនុស្សជ្រើសយកផ្លូវណា? »

អ្វីដែលមនុស្សយកចិត្តទុកដាក់ជាទីបំផុត គឺផលប្រយោជន៍ដែលពាក់ព័ន្ធជាមួយរូបគេនោះឯង ព្រោះថា មនុស្សម្នាក់ៗត្រូវមានជីវិតរស់នៅក្នុងសង្គមដ៏ពិតប្រាកដមួយ ទោះបីជាយើងមិនហ៊ាននិយាយថា **មនុស្សហ៊ានស្លាប់ដើម្បីទ្រព្យ សត្វហ៊ានស្លាប់ដើម្បីអាហារក៏ដោយ** មនុស្សដែលអាចមានជីវិតរស់នៅបាន មិនអាចមិនគិតពីផលប្រយោជន៍របស់ខ្លួនបានឡើយ។

ក្នុងការរៀបរាប់តឿននរណាក៏ដោយ គោលដៅសំខាន់របស់យើងគឺ

ប្រាប់ផ្លូវដែលនាំឱ្យបានប្រយោជន៍ និងផ្លូវដែលនាំឱ្យខាតប្រយោជន៍

តើនរណាទៅដែលមិនចង់ស្ដាប់?

✍... ប៉េលេ អ្នកទាត់បាល់ជើងឯកប្រចាំសតវត្សទី២០ ដែលគេនាំគ្នាដាក់រហស្សនាមថា "បុរសគជខ្មៅ" បានបង្ហាញឲ្យឃើញទេពកោសល្យរបស់ខ្លួនតាំងតែពីនៅក្មេងមកម្ល៉េះ។

ថ្ងៃមួយយុវជនប៉េលេ បានចូលរួមប្រកួតបាល់ទាត់ដ៏តឹងតែងមួយ។ ក្រោយពេលចប់ការប្រកួត គេម្នាក់ៗមានការហត់នឿយជាខ្លាំង។ មានមិត្តក្នុងក្រុម២-៣នាក់ យកបារីមកជក់ដោយនិយាយថា ជួយឲ្យបាប់បាត់ហត់។ យុវជនប៉េលេឃើញដូច្នេះក៏សុំគេមួយដើមយកមកក្តក់។ គេជក់បឺតបង្ហុយសម្លឹងមើលទៅផ្សែងដែលអណ្តែតឡើងទៅលើ មានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនដូចជាឡូយសម្បើមណាស់ តែប៉ះចំពេលស៊ិយ ឪពុកគេក៏មកទាន់ល្មម។

ពេលត្រឡប់មកដល់ផ្ទះវិញ ឪពុកសួរថា

"កូនឯងជក់បារីជង់ឬ?"

"បាទពុក" គេសារភាពទាំងមិនហ៊ានងើបមើលមុខឪពុក។ អារម្មណ៍របស់គេវិលវល់ រង់ចាំទទួលពាក្យជេរស្តីពីឪពុក។

ប៉ុន្តែ ឪពុកមិនបានជេរស្តីដូចដែលប៉េលេគិតនោះទេ គាត់ដើរចុះដើរឡើងមួយសន្ទុះធំ ទើបបន្លឺសំឡេងថា

" កូនឯងសមគួរនឹងមានទេពកោសល្យក្នុងការទាត់បាល់នេះដែរ។ បើកូនខំប្រឹងហាត់រៀនតទៅទៀត កូនអាចនឹងមានអនាគតភ្លឺត្រចះត្រចង់។ តែកូនត្រូវយល់ថា អ្នកទាត់បាល់ ត្រូវមានសុខភាពរឹងប៉ឹងមាំមួន ដែលជាប្រការសំខាន់មួយផ្នែក ប៉ុន្តែ ការដែលកូនជក់បារីក្នុងថ្ងៃនេះ ទោះបីជាកូនប្រកែកថា ខ្ញុំជក់តែមួយដើមនេះទេ តែកូនត្រូវយល់ថា បើមានលើកទី១ វានឹងមានលើកទី២ ទី៣ តទៅទៀត...។ គ្រប់ពេលដែលជក់ កូនតែងគិតថា ជក់តែមួយដើមទេ អត់អីទេ! តែលុះដល់យូរៗទៅ កូនក៏នឹងធ្លាប់ជាប់ទៅជានិស្ស័យ ពេលនោះ រាងកាយរបស់កូនក៏លែងរឹងប៉ឹងដូចមុន ធ្វើឲ្យបាល់ទាត់ដែលកូនស្រឡាញ់បំផុត វានឹងឃ្លាតឆ្ងាយពីកូនបន្តិចម្តងៗ "

ឪពុកឈប់ស្ងៀមមួយសន្ទុះក៏ទេសនាបន្ត

" ក្នុងឋានៈជាឪពុក ពុកមានតួនាទីអប់រំប្រដែប្រដៅកូនឲ្យដើរទៅតាមទិសណាដែលល្អត្រឹមត្រូវ ហើយក៏មានតួនាទីទប់ស្កាត់នូវអំពើណាដែលកូនធ្វើខុសផងដែរ តែការដែលនឹងជ្រើសរើសថា ត្រូវដើរផ្លូវណាឬមិនដើរផ្លូវណា វាសំខាន់នៅលើរូបកូនខ្លួនឯងជាអ្នកសម្រេច "

និយាយមកដល់ត្រង់នេះ គាត់ក៏សួរមកប៉េលេថា

" តើកូនចង់បំផ្លាញសុខភាពខ្លួនឯងដោយជក់បារី ឬមួយចង់ធ្វើជាអ្នកទាត់បាល់ដែលមានអនាគតល្អ? កូនធំហើយ... កូនឯងសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯងចុះ!!! "

ឪពុកនិយាយបណ្ដើរដកលុយមួយខ្ចាស់ហុចឲ្យប៉េលេ ព្រមទាំងនិយាយថា " ណេះ!!! បើកូនមិនចង់ធ្វើជាអ្នកទាត់បាល់ទៀតទេ ចបេសចង់ជក់បារីតទៅទៀត កូនយកប្រាក់នេះទៅទិញបារីជក់ឲ្យសប្បាយចុះ "

និយាយចប់គាត់ក៏ដើរចាកចេញបាត់ទៅ។

យុវជនប៉េលេតាមសម្លឹងមើលពីក្រោយឪពុកដែលកំពុងដើរចេញ។ គេសញ្ជឹងគិតពីពាក្យសម្ដីដ៏មានន័យយ៉ាងជ្រាលជ្រៅរបស់ឪពុក ពិចារណាសាចុះសាឡើង ទឹកភ្នែកហូរតក់ៗទាំងមិនដឹងខ្លួន។ កន្លងផុតទៅមួយសន្ទុះគេឈប់យំ កាន់លុយដែលឪពុកឲ្យមក ដើរសំដៅទៅជិតឪពុក...

" ពុក!... ខ្ញុំឈប់ជក់បារីទៀតហើយ! ខ្ញុំនឹងខំសាងខ្លួនឲ្យទៅជាកីឡាករបាល់ទាត់ដ៏អស្ចារ្យឲ្យបាន! "។

ចាប់ពីពេលនោះមក ប៉េលេខិតខំព្យាយាមហ្វឹកហាត់មុខជំនាញបាល់ទាត់យ៉ាងពេញទំហឹង។ អាយុ១៦ឆ្នាំ គេជាប់ជាអ្នកទាត់បាល់ជម្រើសជាតិរបស់ប្រេស៊ីល និងបានក្លាយទៅជាតារាបាល់ទាត់ដ៏មានឈ្មោះល្បីល្បាញលើលោក ហើយត្រូវបានគេចាត់ទុកជាអ្នកទាត់បាល់ជើងឯកប្រចាំសតវត្សទី២០ទៀតផង។ រហូតមកទល់នឹងពេលនេះ(2009) ប៉េលេក៏នៅតែមិនជក់បារីដែរ។

ក្នុងសម័យរាជវង្សថាំង វើយជិន ជាមន្ត្រីដែលគេទទួលស្គាល់ថា ជាអ្នកមានចិត្តក្លាហានមោះមុតម្នាក់ក្នុងសម័យនោះ។ ថ្ងៃមួយ វើយជិនបានទូលជំទាស់យ៉ាងត្រង់ៗទៅនឹងព្រះរាជបំណងរបស់ព្រះមហាក្សត្រ ព្រះចៅថាំងថៃចុង ធ្វើឲ្យព្រះអង្គមិនសប្បាយព្រះទ័យជាខ្លាំង។

ចូលដល់ព្រះរាជតំណាក់ ព្រះអង្គបានមានបន្ទូលប្រាប់រឿងនេះឲ្យព្រះនាង ចាងឈុន ដែលជាមហេសីឲ្យទ្រង់ជ្រាប។ ព្រះមហេសីទ្រង់សព្វព្រះទ័យជាខ្លាំងក្នុងរឿងនេះ ទើបក្រាបទូលថ្វាយព្រះស្វាមីថា...

"ខ្ញុំម្ចាស់ធ្លាប់បានឮថា ព្រះអង្គទ្រង់សព្វព្រះទ័យនឹងវើយជិនណាស់ ចម្លែកតែថ្ងៃនេះ ព្រះអង្គបែរជាទ្រង់ខ្ញាល់នឹងវើយជិនដែលហ៊ានជំទាស់នឹងព្រះតម្រិះរបស់ព្រះអង្គទៅវិញ។ តាមពិតអ្នកដែលហ៊ានជំទាស់បែបនេះ គឺអ្នកហ៊ាននិយាយដើម្បីការពារផលប្រយោជន៍ពិតប្រាកដរបស់ប្រទេសជាតិ។ គេគួរតែត្រូវបានលើកតម្កើងថា ជាអ្នកដែលមានស្វាមីភក្តិចំពោះប្រទេសជាតិ ហើយគេក៏គួរតែបានទទួលនូវក្តីសន្តោសករុណាពីព្រះអង្គផងដែរ។

«ថ្នាំដ៏ពូកែសក្តិសិទ្ធិច្រើនតែល្វីង ពាក្យដាស់តឿនតែងធ្វើឲ្យក្តៅគុម្ពត្រចៀក»

អ្នកដឹកនាំត្រូវសម្លឹងមើលប្រយោជន៍ជាតិជាធំ។ ការទទួលស្តាប់ពាក្យដាស់តឿនដែលចេញពីទឹកចិត្តបរិសុទ្ធ ធ្វើឲ្យប្រទេសមានសេចក្តីសុខ ការព្រងើយកន្តើយនឹងពាក្យដាស់តឿន គឺជាផ្លូវនាំឲ្យប្រទេសជាតិឈានទៅរកក្តីវិបត្តិ។ ហេតុនេះ សូមព្រះអង្គទ្រង់ព្រះតម្រិះពីហេតុផលដែលបង្កប់នៅក្នុងអត្ថន័យនោះឲ្យបានដិតដល់សិនក្រាបទូល!" ។

ព្រះសវនីយ៍របស់មហេសី ធ្វើឲ្យព្រះរាជាសម្រួលព្រះទ័យមកវិញបានយ៉ាងជ្រះស្រឡះ។ ចាប់ពីពេលនោះមក ព្រះអង្គទ្រង់សព្វព្រះទ័យនឹងវើយជិនកាន់តែខ្លាំង។ ពេលដែលវើយជិនទទួលអនិច្ចកម្មទៅ ព្រះអង្គសោកស្តាយជាខ្លាំង ទ្រង់ព្រះកន្សែងនៅនឹងទីកន្លែងបញ្ចុះសពរបស់វើយជិន ព្រមទាំងព្រះរាជទានឥស្សរិយយសខ្ពស់បំផុតដល់សពវើយជិន។ ក្រោយពីនោះ ព្រះអង្គទ្រង់មានព្រះបន្ទូលថា ៖

"យកស្ពាន់មកធ្វើជាកញ្ចក់ឆ្លុះ ជួយឱ្យយើងតុបតែងខ្លួនបានល្អ យកប្រវត្តិសាស្ត្រមកធ្វើជាកញ្ចក់ឆ្លុះ ជួយឱ្យយើងបានដឹងពីភាពរុងរឿង ឬភាពអន់ខ្សោយក្នុងសម័យនីមួយៗ យកមនុស្សមកធ្វើជាកញ្ចក់ឆ្លុះ ដើម្បីឱ្យយើងបានដឹងពីជោគជ័យនិងបរាជ័យរបស់ខ្លួន។ ចាប់តាំងពីថ្ងៃដែលវ៉ីយជិនបានលាចាកទៅ យើងបាត់បង់អស់កញ្ចក់មួយផ្ទាំងហើយ"។

☆☆☆

☞ *មិនថាជារឿងរបស់មនុស្ស ឬជារឿងរបស់ប្រទេសជាតិ*
អ្វីៗសុទ្ធតែទាក់ទងនឹងរឿងខាតចំណេញ
មនុស្សគ្រប់គ្នានឹងជ្រើសយកតែចំណេញ មិនយកទេខាត
តែសុំកុំយកចំណេញដោយបំផ្លាញអ្នកដទៃ ឬប្រយោជន៍រួម។
ការណែនាំពន្យល់ឲ្យមនុស្សមើលឃើញរឿងខាតនិងចំណេញ
តើរឿងអីដែលគេមិនចង់ស្តាប់???

និយាយច្រើនក៏មិនមែនសុទ្ធតែល្អ

និយាយតិចក៏មិនមែនសុទ្ធតែអាក្រក់

ចំណុចដែលសំខាន់នោះគឺ មុននឹងអុជធូប

អ្នកត្រូវដឹងឱ្យប្រាកដសិនថា តើត្រូវថ្វាយបង្គំអ្វី?

មុននឹងនិយាយក៏ត្រូវដឹងថា អ្នកនឹងនិយាយជាមួយអ្នកណា?

☆ ☆ ☆

១៧

ស្វែងយល់ពីស្ថានភាពអ្នកស្តាប់

« កុំច្រៀងឲ្យគោស្តាប់ កុំឲ្យនំពេលមនុស្សកំពុងស្រេកទឹក »

ប្រយោគតែមួយ អ្នកខ្លះចង់ស្តាប់ អ្នកខ្លះទៀតមិនចាប់អារម្មណ៍។

ប្រយោគតែមួយ និយាយនឹងមនុស្សម្នាក់ ពេលខ្លះគេស្តាប់បាន តែពេលខ្លះទៀត គេបែរជាស្តាប់មិនបាន។

អ្វីទាំងនេះបង្ហាញថា ប្រសិទ្ធភាពនៃការនិយាយ វាអាស្រ័យទៅលើ**ស្ថានភាពអារម្មណ៍របស់មនុស្ស** និង **ចង្វាក់ពេលវេលារបស់គេផងដែរ។**

✍... ***ជួបមនុស្សនិយាយភាសាមនុស្ស ជួបខ្មោចនិយាយភាសាខ្មោច***

ប្រយោគនេះអាចឲ្យយើងបកស្រាយទៅតាមវិធីពីរយ៉ាង។

អត្ថន័យម្យ៉ាងរបស់វាគឺ គេចង់រិះគន់ទៅលើមនុស្សណាដែលពូកែរណោបរណើប អែបអប ក្រឡិចក្រឡុចដូចទឹកលើស្លឹកឈូក ពេលជួបអ្នកខ្លះ

គេនិយាយផ្សេង ពេលជួបអ្នកខ្លះទៀត គេក៏និយាយផ្សេងទៅទៀត ពុំមានអ្វីកត់សម្គាល់ឲ្យពិតប្រាកដឡើយ។

តែសម្រាប់មនុស្សឆ្លាត គេបកស្រាយប្រយោគនេះផ្សេងទៅវិញ។

ជួបមនុស្សនិយាយភាសាមនុស្សបានន័យថា អាចដដែកគ្នាត្រូវរ៉ូវជាមួយមនុស្សបាន។ ជួបខ្មោចនិយាយភាសាខ្មោច បានន័យថា អាចចរចាជាមួយខ្មោចក៏បានដែរ។

ហេតុនេះ ប្រយោគខាងលើមានន័យថា បើនឹងសន្ទនាជាមួយអ្នកណា អ្នកត្រូវព្យាយាមនិយាយពីអ្វីដែលភាគីម្ខាងទៀត អាចទទួលយកបាន អាចយល់បាន ធ្លាប់ដឹងធ្លាប់ស្គាល់ ដូចជា បើនិយាយជាមួយស្ត្រីមេផ្ទះ យើងគួរនិយាយពីវិធីចិញ្ចឹមអប់រំក្មេង ការឲ្យចំណីអាហារ ឬរបស់របរប្រើប្រាស់ផ្សេងៗ និងបើត្រូវនិយាយជាមួយអ្នកធ្វើការក្រុមហ៊ុនវិញ យើងគួរនិយាយពីរឿងប្រាក់ខែ ស្ថានភាពសេដ្ឋកិច្ចជាដើម។ បើទោះបីជានិយាយមិនបានស៊ីជម្រៅក៏មិនអីដែរ ឲ្យតែសាច់រឿងត្រូវគ្នា ការសន្ទនាវានឹងរអិលទៅដោយស្វ័យប្រវត្តិជាមិនខាន។

ក្នុងការសេពគប់រាប់អានជាមួយមនុស្សផ្សេងៗ ចំណុចសំខាន់បំផុតរបស់វានៅត្រង់ថា តើយើងអាចក្តាប់បានចំណុចខ្សោយរបស់មនុស្សដែលចូលចិត្តនិយាយលើកពីខ្លួនឯងដល់កម្រិតណា? ការប្រើពាក្យសម្តីបញ្ចុះបញ្ចូល បំពេញតាមតម្រូវការរបស់គូភាគីដែលតែងប្រាថ្នាឲ្យអ្នកដទៃឃើញពីភាពសំខាន់របស់ខ្លួន ធ្វើឲ្យអារម្មណ៍ដែលចង់ការពារខ្លួនឯងត្រូវធូរស្រាល ហើយបើគេបានទទួលនូវពាក្យសម្តីដែលមានភាពស្និទ្ធស្នាល និងយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើគេថែមទៀត គេក៏នឹងមានអារម្មណ៍ល្អជាមួយយើង ដែលជួយឲ្យការសន្ទនាមានទំនោរទៅរកផ្លូវវិជ្ជមានជាបន្តបន្ទាប់។ នេះជាវិធីមួយដែលយើងគួរដឹងថា យើងកំពុងនិយាយជាមួយមនុស្សបែបណា?

✍... ក្នុងប្រវត្តិសាស្ត្រចិន ចាវកៅ មានបំណងចង់ព្យាបាទលីស៊ឺ។ គេបានរៀបរាប់ប្រាប់លីស៊ឺ ថា ព្រះមហាក្សត្រឈិនអឺស៊ឺ បានប្រព្រឹត្តអំពើមិនគួរគប្បី។ គេសុំឲ្យលីស៊ឺ ជួយទៅទូលដាស់តឿនព្រះអង្គផង ហើយប្រសិនបើមានឱកាសល្អពេលណា គេនឹងចាត់មនុស្សមកប្រាប់ឲ្យលីស៊ឺ បានដឹង។

ថ្ងៃមួយលីស៊ឺ បានទទួលដំណឹងមកថា មានឱកាសល្អសម្រាប់ទៅទូលព្រះរាជាហើយ លីស៊ឺក៏ចូលទៅក្នុងវាំងដើម្បីគាល់ព្រះរាជា។ នៅពេលនោះព្រះអង្គកំពុងកម្សាន្តលេងជាមួយពួកស្នំ ពេលទតឃើញលីស៊ឺដើរចូលមកក្នុងពេលនេះទ្រង់ពុំសប្បាយព្រះទ័យសោះឡើយ តែលីស៊ឺ បែរជាមិនប្រមើលមើលពីស្ថានការណ៍ ហើយបង្ខំចូលទៅដាស់តឿនព្រះអង្គក្នុងពេលនោះ ឯព្រះមហាក្សត្រក៏ទទួលព្រះសណ្តាប់ក្នុងពេលនោះឲ្យតែរួចសិនទៅ។ ក្រោយពីហេតុការណ៍នោះកន្លងទៅ ព្រះមហាក្សត្រខ្ញាល់នឹងលីស៊ឺ កាន់តែខ្លាំង។ ទ្រង់មានបន្ទូលថា លីស៊ឺមិនទុកកិត្តិយសឲ្យព្រះអង្គ មិនចេះជ្រើសរើសពេលយកមកនិយាយ បែរជាមករិះគន់ធ្វើឲ្យព្រះអង្គអាម៉ាស់នៅចំពោះមុខពួកស្នំទៅវិញ។ ប្រការនេះហើយដែលជាហេតុធ្វើឲ្យលីស៊ឺ ត្រូវគេយកទៅប្រហារជីវិតនាថ្ងៃក្រោយមកទៀត។

យើងឃើញថា **បើនឹងនិយាយពីរឿងសំខាន់អ្វីមួយ យើងត្រូវចេះរកពេលវេលាឱ្យបានសមរម្យបំផុត។**

នៅពេលដែលភាគីម្ខាងទៀតគេកំពុងរវល់ កំពុងមានទុក្ខកង្វល់ កំពុងផ្តោតអារម្មណ៍ទៅលើអ្វីមួយ កំពុងខឹងឬមួម៉ៅ កំពុងជាប់ដៃ...អ្នកមិនគួរប្រញាប់ប្រញាល់និយាយពីអ្វីឡើយ។ បើនៅតែចចេស អ្នកមិនគ្រាន់តែមិនបានសម្រេចលទ្ធផលក្នុងការចរចានោះទេ អ្នកត្រូវគេមិនអើពើ ឬមួយវាយបកបញ្ហាសមកលើខ្លួនវិញទៀតផង។

ពេលដែលមានរឿងសប្បាយរីករាយ អ្នកគួរតែជជែកជាមួយអ្នកដែលសប្បាយរីករាយដូចគ្នា ពេលណាអ្នកណាមានទុក្ខ យើងគួរនិយាយ

ពីរឿងទុក្ខសោកជាមួយគេ។ បើយើងទៅនិយាយរឿងសើចសប្បាយជាមួយមនុស្សកំពុងមានទុក្ខវាប្រៀបដូចជាទៅឡុកឡឺយឲ្យគេ មិនយល់កាលៈទេសៈធ្វើឲ្យគេកាន់តែមានអារម្មណ៍មិនល្អជាមួយយើងថែមទៀត និងប្រសិនបើយើងយករឿងទុក្ខលំបាករបស់ខ្លួន ទៅនិយាយនៅពេលគេកំពុងសប្បាយរីករាយវាក៏នឹងទៅជាបំបែរបរិយាកាសរបស់គេឲ្យអាប់អួរទៅវិញ។ ហេតុនេះ ការចេះប្រមើលនិងជ្រើសរើសស្ថានការណ៍ គឺជាប្រការដ៏សំខាន់ក្នុងការនិយាយកិច្ចការឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព ដែលអ្នកត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ឲ្យបានល្អ។

ហេតុនេះ មិនថាជាត្រូវជជែកសន្ទនាជាមួយអ្នកណាក៏ដោយ អ្នកត្រូវដឹងពីនិស្ស័យការចូលចិត្តរបស់គេ ព្រមទាំងអារម្មណ៍របស់គេផងដែរថាតើគេរីករាយនឹងស្ដាប់យើងនិយាយដែរឬទេ យើងគួរនិយាយឬមិនគួរ? ម្យ៉ាងទៀត អ្នកគួរស្ទាបស្ទង់ពីចង្វាក់ពេលវេលាផងដែរថា តើក្នុងពេលនេះដល់ពេលដែលសមគួរនឹងនិយាយហើយឬនៅ? បើមិនដូច្នោះទេ អ្នកក៏អាចនឹងធ្លាក់ចូលក្នុងករណីរបស់លីស៊ី ជាមិនខាន។

☆☆☆

☞ *មនុស្សមានចិត្តនិងអារម្មណ៍រៀងៗខ្លួន*
មានការចូលចិត្តឬមិនចូលចិត្ត នូវរឿងផ្សេងៗពីគ្នា
និងមានចង្វាក់ពេលវេលាដែលចង់គិត ឬមិនទាន់ចង់គិត
បើនឹងកាត់ខោអាវ យើងត្រូវវាស់ទំហំនិងសម្រុង
ឯការនិយាយចរចាក៏ត្រូវស្គាល់មនុស្សនិងកាលៈទេសៈផងដែរ
មុខវិជ្ជានេះ អ្នកត្រូវរៀនសូត្រហ្វឹកហាត់ដោយខ្លួនឯង។

បើខ្ញុំមានពេល ៩ម៉ោង ដើម្បីកាប់ដើមឈើមួយដើម
ខ្ញុំនឹងចំណាយវា ៦ម៉ោង ក្នុងការសំលៀងពូថៅ។

អាប្រាហាម លិងខូលន៍

☆☆☆

« សុំទោស » ឬ « អរគុណ »
ជាពាក្យដែលស្រួលនិយាយជាទីបំផុត
និងមានប្រយោជន៍ជាទីបំផុត។
បើមិនទាន់ចេះប្រើស្ទាត់នៅឡើយ
អ្នកគួរខំហ្វឹកហាត់ប្រើវាសាជាថ្មីឡើងវិញ។

☆ ☆ ☆

១៨
"សុំទោស" និង "អរគុណ"

«បើគ្រាន់តែ"សុំទោសឬអរគុណ"គេកំណាញ់ស្វិតទៅហើយ
តើគេអាចនឹងមានអ្វីល្អទៀតទៅ? »

... ការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃក្នុងសង្គម មនុស្សតែងមានការប៉ះទង្គិចគ្នាបន្តិចបន្តួចជាប្រចាំដូចជា ដើរប៉ះគ្នាដោយអចេតនា ជិះម៉ូតូឡានជ្រុលជ្រួសបន្តិចបន្តួច រាំជាន់ជើងគ្នាបន្តិចបន្តួច ធ្វើអ្វីខុសលើសលស់បន្តិចបន្តួច ឬនិយាយស្តីខុសត្រូវបន្តិចបន្តួច។ល។ ដែលអាចបង្កឲ្យភាគីណាមួយមិនសូវសប្បាយចិត្ត។ ក្នុងករណីនេះ បើនៅក្នុងសង្គមដែលមានសុជីវធម៌ខ្ពស់ដូចជាពួកបស្ចិមប្រទេស ឬប្រទេសអាស៊ីមួយចំនួន ដែលអភិវឌ្ឍការអប់រំបានល្អ គេតែងប្រើពាក្យ sorry ភ្លាមៗ ដោយមិនចាំបាច់សួរនាំជជែកតវ៉ាឲ្យខាតពេលនឹងរឿងកំប៉ិកកំប៉ុកឡើយ។

ចំពោះសង្គមខ្មែរយើង ខ្ញុំមិនមែនចង់បន្ទាប់បង់ប្អូនខ្មែរយើងទេ តែខ្ញុំគិតថា អ្នកដែលយកចិត្តទុកដាក់លើសុជីវធម៌នៅមានចំនួនតិចតួច ឯមួយចំនួនធំទៀត នៅមិនទាន់បានហ្វឹកហាត់ផ្លូវចិត្តរបស់ខ្លួន ឲ្យដល់កម្រិតគួរឲ្យពេញចិត្តនៅឡើយទេ ដូចជា បើដើរប៉ះគ្នា ឬជិះកង់ម៉ូតូជ្រុលជ្រួសបន្តិចបន្តួច គេមិនសូវបេះសុំទោសគ្នាទេ គេបែរជាពាក់មុខយក្សដាក់គ្នារៀងៗខ្លួន។ ខ្លះទៀតក៏បន្ថែមពាក្យសម្ដីស៊កសៀត បង្ករាលដាលទៅជារឿងធំដុំរហូតដល់បង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់រាងកាយ ឬកើតជាក្ដីក្ដាំឡើងដល់តុលាការផងក៏មាន។

នេះជាអំពើដ៏លួងខ្លៅ ដែលឆ្លុះបញ្ចាំងឲ្យដឹងពីឱនភាពនៃវិស័យអប់រំរបស់យើង មិនថាជាការអប់រំក្នុងគ្រួសារ ក្នុងសាលា ឬតាមប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយនោះឡើយ។

ពាក្យ “**សុំទោស**” មួយម៉ាត់ មិនបានធ្វើឲ្យយើងខាតបង់អ្វីឡើយ តើយើងចាំបាច់រិះកំណាញ់ធ្វើអ្វី? ហេតុនេះការទម្លាប់ប្រើពាក្យសុំទោសឲ្យបានរត់មាត់ជាប្រចាំ ទោះជារឿងតិចតួចឬធំដុំ សុទ្ធតែផ្ដល់ផលល្អដល់យើងជាជាងការបង្ហាញពីភាពអួតអាង ឬភាពប្រចេះប្រចាងឥតប្រយោជន៍។

ពាក្យ “សុំទោស” បង្ហាញពីសុជីវធម៌ល្អរបស់មនុស្ស
ពាក្យ “សុំទោស” ជួយកាត់បន្ថយភាពហិង្សាក្នុងសង្គម។

✍... ម្យ៉ាងទៀតក្នុងដំណើរជីវិតរបស់មនុស្សគ្រប់រូប យើងក៏មិនអាចជៀសផុតពីការពឹងពាក់ម្ដងម្កាលពីអ្នកដទៃនោះដែរ ពេលគេជួយអ្វីដល់យើង យើងត្រូវតែសម្ដែងការដឹងគុណដល់គេវិញ។

នេះជាសុជីវធម៌មួយបែប ដែលយើងចាំបាច់ត្រូវឆ្លើយតបនៅពេលមាននរណាធ្វើអ្វីដែលមានប្រយោជន៍ ឬជាការសម្ដែងនូវបំណងល្អដល់យើង ទោះជាតិចក្ដីច្រើនក្ដី ឧទាហរណ៍ដូចជា មានគេជួយរកកន្លែងឲ្យយើងអង្គុយ

មានគេជួយរើសរបស់ដែលយើងជ្រុះ មានគេប្រាប់ឲ្យយើងប្រយ័ត្នខ្លួន ពេលនោះយើងត្រូវប្រើពាក្យ “អរគុណ”ជាបន្ទាន់ និងប្រសិនបើក្នុងករណីខ្លះការប្រើពាក្យអរគុណមួយម៉ាត់នៅមិនទាន់គ្រប់សេចក្ដី យើងអាចប្រើជាប្រយោគផ្សេងៗដូចជា

“សុំអរគុណអ្នកទាំងអស់គ្នាដែលបានជួយរៀបចំផ្ទះខ្ញុំក្នុងថ្ងៃនេះ!.. ប្រសិនបើគ្មានអ្នកទាំងអស់គ្នាទេ ខ្ញុំប្រាកដជាមិនដឹងថាត្រូវធ្វើម៉េចឲ្យបានល្អឡើយ”

“អរគុណណាស់ដែលបានជួយឲ្យខ្ញុំខ្ចីឯកសារនេះ ព្រោះវាជួយសម្រាលបញ្ហាខ្ញុំបានយ៉ាងច្រើន”។

ក្រៅពីការអរគុណបែបពឹងពាក់ នៅមានប្រការខ្លះទៀតដែលត្រូវអរគុណផងដែរដូចជា ពេលមានអ្នកជទៃពោលពាក្យសរសើរពីចំណុចល្អ ឬសរសើរពីស្នាដៃល្អៗរបស់អ្នក អ្នកក៏គួរនិយាយថា “ អរគុណណាស់ដែលបានផ្ដល់កិត្តិយស ឬអរគុណដែលបានជួយលើកកម្លាំងចិត្ត ” និងប្រសិនបើគេមកសួរសុខទុក្ខពេលមានជំងឺ ឬមានការទទួលយ៉ាងកក់ក្ដៅ ពីសំណាក់ម្ចាស់ផ្ទះពេលយើងទៅលេង ឬមានអ្នកសាកសួរពីសុខទុក្ខរបស់យើង ឬមានអ្នកជួយណែនាំដាស់តឿនទូវប្រការខ្វះខាតរបស់យើង... អ្វីៗទាំងអស់នេះសុទ្ធតែត្រូវ **“អរគុណ”** ទៅដល់គេវិញ។

ម្យ៉ាងទៀត ក្នុងពិធីជប់លៀង ពិធីអាពាហ៍ពិពាហ៍ ពិធីប្រកាសផ្ដល់រង្វាន់ជាដើម ក្នុងការថ្លែងសុន្ទរកថា ម្ចាស់កម្មវិធីត្រូវតែប្រកាសសម្ដែងការថ្លែងអំណរគុណដល់ភ្ញៀវដែលបានចូលរួម ព្រមទាំងក្រុមការងារផ្សេងៗដែលបានយកចិត្តទុកដាក់ខ្នះខ្នែងឲ្យកម្មវិធីប្រព្រឹត្តទៅបានល្អ ហើយអ្នកក៏គួរសម្ដែងពីអារម្មណ៍រីករាយ និងការរីតចំណងមេត្រីឲ្យកាន់តែល្អប្រសើរជាមួយគ្នាតទៅថ្ងៃមុខផងដែរ។ ជាទូទៅក្នុងពិធីធំៗគេតែងរៀបសុន្ទរកថាទុកជាមុនដើម្បីជៀសវាងការភ្លាំងភ្លាត់ផ្សេងៗ។

ក្នុងការនិយាយ សុំទោសឬអរគុណ អ្នកត្រូវហាត់និយាយដោយទឹកចិត្តបរិសុទ្ធ មិនមែនគ្រាន់តែនិយាយឲ្យរួចពីមាត់នោះទេ ត្រូវនិយាយឲ្យច្បាស់ៗ មានន័យពិតប្រាកដ មានការចាប់អារម្មណ៍ពិតប្រាកដ និងប្រកបដោយកាយវិការនិងទឹកមុខជាវិជ្ជមានផងដែរ។

☆☆☆

☞ *ពាក្យពីរម៉ាត់គ្មានបាត់បង់អ្វី តែមានន័យថ្លៃមហិមា*
សុំទោសអរគុណជូនត្រង់ណា តើកំណាញ់វាចំណេញអ្វី?

អ្នកដែលមានអារម្មណ៍កណ្ដាចកណ្ដែង

មកពីគេសាងតែ “រនាំង”

មិនព្រមសាង “ស្ពាន” សម្រាប់ភ្ជាប់ចំណងមេត្រីនោះឯង។

ចូសេហ្វ ញូតុន

☆ ☆ ☆

ការនិយាយពិត មិនមែនសុទ្ធតែផ្ដល់ផលល្អទាំងអស់នោះទេ។

ក្នុងជីវិតរបស់យើងម្នាក់ៗ

តែងមានរឿងត្រូវនិយាយកុហកដោយចៀសមិនផុត

ព្រោះការកុហកមួយចំនួនកើតឡើងដោយស្ថានការណ៍បង្ខំ

តែសុំកុំឱ្យមានចេតនាអាក្រក់ ឬកុំបង្កឱ្យអ្នកដទៃខូចខាត។

☆ ☆ ☆

១៩
"ពាក្យមិនពិត"
ត្រូវប្រើតែក្នុងបំណងល្អប៉ុណ្ណោះ

« បើនិយាយពិត វាអាចនាំឲ្យកើតផលអាក្រក់
អ្នកគួរតែពិចារណារកពាក្យនិយាយសាជាថ្មី »

... ជីវិតរបស់មនុស្សគេចមិនផុតពីការប្រើពាក្យ "**កុហក**" ទោះបីជាសង្គមមានការរីកចម្រើនជឿនលឿនយ៉ាងណាក៏ដោយ ពាក្យកុហកក៏នៅតែមានគេប្រើជាប្រចាំ។ ក្នុងដំណើរជីវិត ក្រោមស្ថានការណ៍ខ្លះ យើងមិនអាចមិននិយាយកុហកបានឡើយ។ ក្នុងកាលៈទេសៈមានអាសន្ន ប្រថុចញ៉ុចមានតែការនិយាយកុហកប៉ុណ្ណោះ ទើបអាចដោះស្រាយបញ្ហាបាន។

ចាស់ៗបុរាណ បានទុកពាក្យស្លោកឲ្យយើងមួយថា

"ផ្លូវវៀចកុំបោះបង់ ផ្លូវណាត្រង់កុំដើរហោង"

ពំនោលនេះមានចេតនាសម្រាប់ឲ្យយើងប្រើពាក្យកុហកក្នុងករណីដែលចាំបាច់ប៉ុណ្ណោះ។ តែគួរឲ្យសោកស្តាយដែលមានអ្នកមួយចំនួន យល់ច្រឡំបកស្រាយខុស ដោយយកពាក្យស្លោកទាំងនោះមកប្រើក្នុងករណីទូទៅដូចជា "មនុស្សពូកែបត់បែន គឺមនុស្សឆ្លាត" ទៅវិញ។ តែខ្ញុំសុំបន្ថែមចុងកន្ទុយបន្តិច ដើម្បីឲ្យវាមានអត្ថន័យច្បាស់លាស់ជាងនេះទៅទៀតគឺ ៖

"មនុស្សពូកែបត់បែនដើម្បីតែខ្លួនឯង គឺជាមនុស្សគ្រោះថ្នាក់"

ព្រោះថាទង្វើខ្លះមើលទៅដូចជាល្អ តែគោលដៅពិតគឺ "ខ្លួនឯង" ឯទង្វើខ្លះទៀត មានលក្ខណៈសាមញ្ញធម្មតា តែបែរជាមានប្រយោជន៍ធំធេងសម្រាប់មនុស្សជាតិ ដែលមនុស្សទាំងនេះ កើតមាននៅពាសពេញលើពិភពលោកយើងនេះ។

ហេតុនេះ ការបត់បែន ការកុហក ការរៀបចាកល្បែង គេគួរតែធ្វើក្នុងករណីចាំបាច់ ដើម្បីឲ្យបានលទ្ធផលជាវិជ្ជមានសម្រាប់ខ្លួនឯងនិងអ្នកដទៃវិញ។ មិនមែនជាការបង្កវិបត្តិដល់អ្នកដែលគ្មាមិនដឹងអីនោះឡើយ។

✍... រឿង **"សន្លឹកឈើចុងក្រោយ"** គឺជារឿងនិទានប្រភេទខ្លីរបស់លោក អូ ហែនរី អ្នកនិពន្ធសញ្ជាតិអាមេរិក។ សាច់រឿងតំណាលថា...

នៅក្នុងមន្ទីរពេទ្យមួយកន្លែង អ្នកជំងឺឈឺធ្ងន់ម្នាក់កំពុងសម្រាកព្យាបាលក្នុងបន្ទប់មួយ ដែលមានដើមឈើមួយដើមធំនៅក្បែរមាត់បង្អួច។

កាលនោះជារដូវស្លឹកឈើជ្រុះ។ ពេលខ្យល់បក់មកម្តងៗស្លឹកឈើក៏ជ្រុះធ្លាក់ម្តងមួយសន្លឹកៗ។ អ្នកជំងឺសម្លឹងមើលទៅស្លឹកឈើដែលធ្លាក់រប៉ុយក្នុងក្តីបារម្ភពីជំងឺរបស់ខ្លួន ដែលកាន់តែដុនដាបជារៀងរាល់ថ្ងៃ។ គេប្រាប់ទៅអ្នកជំនិតរបស់គេថា "កាលណាស្លឹកឈើជ្រុះអស់ ខ្លួនខ្ញុំក៏អស់ពេលវេលាសម្រាប់រស់លើផែនដីនេះដែរ"។

វិចិត្រករម្នាក់បានដឹងរឿងនេះ គេមានចិត្តអាណិតដល់អ្នកជំងឺម្នាក់នេះជាខ្លាំង។ គេបានគូររូបស្លឹកឈើ លួចយកទៅបិទភ្ជាប់នឹងដើមឈើនោះ ធ្វើឲ្យស្ត្រីអ្នកជំងឺដែលរៀបនឹងអស់ជីវិតទៅហើយ មានកម្លាំងចិត្តដើម្បីប្រឹងរស់នៅតទៅទៀត។

រឿងនេះជារឿងប្រឌិត ដែលស្តាប់ទៅហាក់ដូចជាហួសពីការពិតបន្តិចមែន តែនៅក្នុងជីវិតពិតរបស់មនុស្សយើង តែងមានរឿងរបៀបនេះកើតឡើងឲ្យយើងឃើញច្រើនរាប់មិនអស់។ រឿងកុហករបៀបនេះ គឺជាប្រការដ៏សំខាន់សម្រាប់ការទ្រទ្រង់ជីវិត បើគ្មានការកុហករឿងបែបនេះទេ អ្នកជំងឺម្នាក់នោះអាចនឹងស្លាប់តាំងពីដំបូងទីបាត់ទៅហើយ។ ហេតុនេះ ដើម្បីឲ្យគ្នាមានជីវិតរស់នៅតទៅមុខទៀត គេចាំបាច់ត្រូវប្រឌិតរឿងកុហកនេះឡើង។ ការកុហកប្រភេទនេះ គេប្រើច្រើនបំផុតក្នុងការថែរក្សាព្យាបាលអ្នកជំងឺ។

✍... **ក្នុងឋានៈជាគ្រូពេទ្យ** ត្រូវគោរពតាមសីលធម៌វិជ្ជាជីវៈពេទ្យ ដែលពេលខ្លះចាំបាច់ត្រូវតែកុហក ដូចជាក្នុងករណី ត្រួតពិនិត្យរោគអ្នកជំងឺទៅឃើញថា គេកើតរោគមហារីកថ្លើម ដល់ដំណាក់កាលចុងបំផុតទៅហើយ ពេលនោះ គ្រូពេទ្យក៏មិនគួរប្រាប់ការពិតដល់អ្នកជំងឺផងដែរ...

"ខ្ញុំកើតអីទៅលោកគ្រូពេទ្យ?"

"រលាកថ្លើម អាចនឹងធ្ងន់ធ្ងរបន្តិច តែបើយើងខិតខំព្យាបាលវា... មិនយូរប៉ុន្មាន វានឹងបានធូរស្រាលហើយ"។

នេះគឺការនិយាយកុហក តែការកុហកបែបនេះ ជារឿងចាំបាច់។

ចំពោះអ្នកជំងឺដទៃទៀត ទោះជាមិនកើតរោគមហារីកក៏ដោយ តែបើមានរោគផ្សេងៗទៀតដែលនឹងត្រូវបាត់បង់ជីវិត គ្រូពេទ្យក៏មិនដែលនិយាយថា "អ្នកឯងគ្មានសង្ឃឹមទេ រង់ចាំសេចក្តីស្លាប់ចុះ" នោះដែរ។ ពាក្យពិតបែបនេះ មិនអាចប្រៀបស្មើនឹងពាក្យកុហករាប់ម៉ឺនពាក្យបានឡើយ។

ដូចគ្នានេះដែរ ក្នុងឋានៈជាញាតិមិត្តរបស់អ្នកជំងឺ ពេលដែលទៅសួរសុខទុក្ខ ទោះបីជាដឹងថា គេមិនអាចរស់បានយូរប៉ុន្មានទៀតក៏ដោយ គេក៏នៅតែសហការជាមួយពេទ្យក្នុងការកុហកដូចគ្នាដែរ ដើម្បីឲ្យអ្នកជំងឺមានកម្លាំងចិត្តក្នុងការព្យាបាល។ ជីវិតរបស់មនុស្ស នៅមានអាថ៌កំបាំងជាច្រើនដែលវិទ្យាសាស្ត្ររកមិនទាន់ឃើញអស់នៅឡើយ ជួនកាលវាអាចនឹងមានភាពអស្ចារ្យកើតឡើងដែលយើងនឹកស្មានមិនដល់ តែទោះជាយ៉ាងណាមានភាពអស្ចារ្យ ឬមិនមានក៏ដោយ ការធ្វើឲ្យអ្នកជំងឺមានសង្ឃឹមក្នុងជីវិតរស់បន្តបានតែពីរឬបីថ្ងៃ ក៏នេះជាការបង្ហាញឲ្យឃើញអំពីលក្ខណៈមនុស្សធម៌មួយបែបផងដែរ។ ក្នុងកាលៈទេសៈដូចនេះ បើមិននិយាយកុហក តើវាអាចមានអ្វីដែលប្រសើរជាងនេះទៀតឬ?

✍... **កុហកការទូត :** ពេលខ្លះ យើងអាចនិយាយហួសពីការពិតដើម្បីជាការគោរពសុជីវធម៌ក្នុងសង្គម។ ពាក្យសម្ដីទាំងនោះ ច្រើនតែជាការនិយាយបំផ្លើស លើកជើង ឬដើម្បីជាការយកចិត្តយកថ្លើម មានលក្ខណៈជាពិធីការប៉ុណ្ណោះ ទោះជាយើងចង់ឬមិនចង់ក៏ដោយ។ កាលណាបើខ្វះវិធីកុហកលើកតម្កើងបែបនេះ សុជីវធម៌ក្នុងពិធីការផ្សេងៗ វាអាចនឹងទៅជាក្រៀមក្រោះ មិនសូវមានរសជាតិអ្វីដែរ។

រឿងពីសម័យបុរាណមួយបានតំណាលថា គ្រួសាររបស់អ្នកធំម្នាក់ឈ្មោះគហបតី វ៉ាំង ទើបតែមានចៅដំបូង បានរៀបចំបង្កក់ចៅប្រុសគម្រប់អាយុ១ខែ។ មានភ្ញៀវសំខាន់ៗចូលរួម "ឲ្យពរ" យ៉ាងច្រើនកុះករ។ ម្នាក់ៗនាំគ្នាពោលពាក្យសរសើរ និងបញ្ចេញមតិយោបល់ផ្សេងៗគ្នា។

បណ្ឌិតលី ពោលថា "ចៅប្រុសរបស់លោក តទៅថ្ងៃមុខ គេនឹងមានអ្វីៗគ្រប់យ៉ាង អាយុវែង មានយសមានសក្ដិធំដុំ មានទ្រព្យសម្បត្តិសម្បូរហូរហៀរ លើកមុខលើកមាត់ដល់ពូជពង្សវង្សត្រកូល"។

បណ្ឌិតឡ ពោលថា "មនុស្សម្នាក់ៗ កើតមកដូចៗគ្នាទាំងអស់។ ក្មេងនេះគេនឹងរីកធំធាត់ទៅជាមនុស្សពេញវ័យ ក្រោយមកគេក៏ចាស់ ហើយទីបំផុតក៏នឹងឈឺស្លាប់ដូចគេដូចឯងអញ្ចឹង"។

បណ្ឌិតលីត្រូវបានគេទទួលរាក់ទាក់យ៉ាងពិសេស ចាត់ទុកជាភ្ញៀវដ៏សំខាន់ ចំណែកបណ្ឌិតឡ ត្រូវគេយល់ឃើញថា គាត់ប្រមាថមើលងាយ មិនផ្តល់កិត្តិយសឲ្យគេ។ រីឯម្ចាស់ផ្ទះ ក៏មានការអាក់អន់ស្រពន់ចិត្ត មិនសូវរីករាយត្រេកអរអ្វីនឹងគេប៉ុន្មានដែរ។

តើពាក្យដែលបណ្ឌិតឡនិយាយវាជាពាក្យមិនពិតឬ? ពិតប្រាកដណាស់ថា **បណ្ឌិតឡនិយាយការពិត** តែជា **"ការពិតដែលគេមិនចង់ឮ"** ផ្ទុយពីអ្វីដែលបណ្ឌិតលីបាននិយាយ ដែលភាគច្រើនវាអាចនឹងមិនពិត ព្រោះមនុស្សដែល **"មានសព្វបែបសព្វយ៉ាង"** គឺជារឿងដែល**"កម្រនឹងមាន"** **តែសម្តីដែលមិនពិតបែបនេះ វាបានធ្វើឱ្យម្ចាស់កម្មវិធីគេពេញចិត្តពេញថ្លើម** ព្រោះវាជាអ្វីដែលគេប្រាថ្នាចង់បានជាទីបំផុត។

ធម្មជាតិនៃជីវិត តែងមានទំនោរទៅរកភាពងាយស្រួល មិនស្មុគស្មាញអ្វីឡើយ។ តែភាពមាយា បានជំរុញឲ្យមនុស្សមើលរំលងការពិត និងដែលនាំឲ្យគេជួបនឹងវិបត្តិជាញឹកញាប់ ដោយមិនដឹងខ្លួន។ សភាវគតិមនុស្សច្រើនមានទំនោរទៅរកអ្វីដែលល្អស្រស់ ចូលចិត្តមានជីវិតប្រកបដោយក្តីត្រេកត្រអាល មានសោភ័ណភាពនិងរ៉ូម៉ង់ទិក។ ប្រសិនបើរឿងអ្វីសុទ្ធតែជាការពិត ជីវិតមុខជានឹងអាប់រស្មីមិនខាន។ ហេតុនេះ ទើបមនុស្សភាគច្រើនចូលចិត្តស្តាប់រឿងកុហកច្រើនជាងស្តាប់រឿងពិត ដូចជាប្រទេសយើងសព្វថ្ងៃជាដើម ដែលមនុស្សចូលចិត្តមើលកុនរឿងខ្មោច ជាងរឿងធម្មតាទៅទៀត។ ទោះបីជាសុភាសិតបានពោលថា "ភូតនៅហោរ ចោរនៅជាង" ក៏ដោយ ក៏នៅតាមផ្ទះគ្រូហោរ នៅតែមានមនុស្សពេញៗជាដដែលនោះឯង។

ការនិយាយគួរសមទៅតាមសុជីវធម៌ និងពាក្យលើកតម្កើង អាច ជួយបំពេញថាមពលជាខ្លាំងមកលើផ្លូវចិត្ត ដែលស្រមើស្រមៃចង់បានមុខមាត់ កិត្តិយសរបស់មនុស្ស ធ្វើឲ្យខ្លួនបានវៀរចាកពីការលំបាកលំបិនផ្សេងៗ ជួយ ឲ្យមនុស្សមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់ និងត្រូវបានទទួលការកោត សរសើរពីអ្នកដទៃ។ ដូចនេះ ពាក្យកុហកទាំងនោះគឺជាប្រការចាំបាច់ដែល មិនអាចខ្វះបានក្នុងជីវិតរបស់យើង។

កើតជាមនុស្សត្រូវប្រឈមមុខនឹងជីវិត។ ការមានជីវិតឈរនៅលើ ការពិតគឺជារឿងចាំបាច់ ទឹកចិត្តបរិសុទ្ធកាន់តែសំខាន់ណាស់ទៅទៀត។ អ្វី ទាំងនេះគឺជារបស់ដ៏មានតម្លៃបំផុតរបស់មនុស្ស តែសង្គមដែលយើងរស់នៅ ក្នុងបច្ចុប្បន្ននេះ ជាសង្គមដែលមានបែបផែនដ៏ស្មុគស្មាញ និងច្របូកច្របល់។ ទោះបីជាអស់លោកអ្នកប្រាជ្ញមួយចំនួន គាត់ខំបង្ហាញពីសច្ចភាពរបស់មនុស្ស និងធម្មជាតិទៅតាមវិធីល្អៗផ្សេងៗដែលយើងម្នាក់ៗសមគួរនឹងយកមកអនុវត្ត បាន តែទោះជាយ៉ាងណា យើងជាបុគ្គលបុថុជ្ជនធម្មតា តែងមានក្តីបំណង ប្រាថ្នាយ៉ាងនេះ យ៉ាងនោះ រៀងៗខ្លួន ដោយពុំអាចជៀសវាងបានឡើយ។

☞ *ថ្វីត្បិតតែយើងរស់នៅលើលោកតែមួយ*
តែយើងត្រូវទទួលស្គាល់ពិភពពីរយ៉ាង
គឺពិភពនៃការពិត និងពិភពនៃភាពមាយា
បើអ្នកមិនរក្សាតុល្យភាពនេះទេ
ពិភពណាមួយនឹងរុញអ្នកឲ្យទៅនៅក្រៅសៃរៀនជាមិនខាន
តែភាពមាយា គួរតែមានទំនោរទៅខាងផ្លូវវិជ្ជមានទើបប្រសើរ។

ជីវិតអ្នកនឹងចាប់ផ្តើមផ្លាស់ប្តូរ
នៅពេលណាអ្នកកែប្រែការប្រព្រឹត្តខ្លះៗជារៀងរាល់ថ្ងៃ។

ចន ស៊ី ម៉ែក្សវែល - John C. Maxwell

☆☆☆

ការ "យកចិត្ត" អាចទិញទឹកចិត្តមនុស្សបាន

តែអ្នកត្រូវចេះជ្រើសរើសពាក្យនិយាយឱ្យបានសមរម្យ

ជនជាតិចិនតែងប្រៀបធៀបការ "យកចិត្ត" ថា

ជាការយកមួកខ្ពស់មកពាក់ឱ្យ។

☆ ☆ ☆

២០

"យកចិត្ត" តែកុំ "ស៊ីជោរ"

« ចេះយកចិត្ត តែមិនគួរបន្ទាបខ្លួនឯង...
ចេះពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង តែកុំឲ្យជ្រុលដល់ថ្នាក់ "ស៊ីជោរ" »

✍... មន្ត្រីម្នាក់ក្នុងទីក្រុងមួយ ត្រូវគេផ្ទេរឲ្យទៅទទួលតំណែងនៅឯទីក្រុងផ្សេង។ មុននឹងចេញដំណើរ គេបានមកលាគ្រូរបស់ខ្លួនជាមុន។ លោកគ្រូបានដាស់តឿនដល់សិស្សថា

"ការទៅទទួលតំណែងនៅទីក្រុងផ្សេងមិនមែនជាការងាយទេ... ឯងត្រូវប្រយ័ត្នប្រយែងឲ្យបានល្អបន្តិច!..."

"សូមលោកគ្រូទុកចិត្តចុះ ខ្ញុំបានត្រៀមមួកខ្ពស់ចំនួន ១០០មួករួចស្រេចហើយ ពេលជួបអ្នកណា ខ្ញុំក៏ចែកឲ្យគេម្នាក់មួយទៅ ធ្វើបែបនេះ នឹងមិនមានអ្វីគួរឲ្យព្រួយបារម្ភឡើយ!..."

ព្រួដូច្នេះ លោកគ្រូសម្តែងអាការៈមិនសូវពេញចិត្ត ហើយរិះគន់ថា

"យើងជាមន្ត្រី មិនគួរដើរតាមគន្លងណាដែលមិនសុចរិតនោះទេ! បើឯងរវល់តែលើកជើងបញ្ឆោតគេឯងដូច្នេះ គឺមិនបានជាដាច់ខាត"

ឃើញគ្រូខឹងដូច្នេះ មន្ត្រីនោះក៏ប្រញាប់បកស្រាយ

" អ្វីដែលលោកគ្រូនិយាយ ពិតជាត្រឹមត្រូវ ប៉ុន្តែ តើសង្គមយើងសព្វថ្ងៃមានមនុស្សប៉ុន្មាននាក់ ដែលមិនចង់ឲ្យគេយកមួកខ្ពស់មកពាក់ឲ្យដូចជាលោកគ្រូនោះ? "

ស្តាប់ហេតុផលរបស់សិស្សហើយ គ្រូធ្វើមុខញញឹមៗ ងក់ក្បាល

" អើ!...ឯងនិយាយបានត្រឹមត្រូវល្អណាស់! "

ក្រោយពីលាលោកគ្រូរួចមក មន្ត្រីនោះសើចហ៊ឹះ!ៗ ហើយពោលមកកាន់អ្នកដែលដើរជាមួយថា

"មួកខ្ពស់របស់យើងទាំង ១០០ ឥឡូវសល់តែ ៩៩ ទេ"។

មនុស្សយើងគ្រប់គ្នា ពេលបើមានគេយកមួកខ្ពស់មកពាក់ឲ្យ អ្នកណាក៏សប្បាយចិត្តដូចតែគ្នានោះឯង ជាពិសេស ពេលធ្វើកិច្ចការអ្វីមួយបានសម្រេច គេកាន់តែមានមោទនភាពរហូតដល់ភ្លេចខ្លួនទៀតផង។ ហេតុនេះបើពេលធ្លាក់ចូលក្នុងករណីបែបនេះ អ្នកក៏គួរតែប្រយ័ត្នប្រយែងខ្លួនផងដែរ។

✍... មានក្អែកខ្មៅមួយក្បាលពាំសាច់មួយដុំហើរមកដល់ទ្រនំ ត្រៀមស៊ីសាច់ឲ្យបានឆ្ងាញ់មាត់ ចៃដន្យមានចចកមួយកំពុងឃ្លាន ដើរមកឃើញដូច្នេះវាក៏ស្រក់ទឹកមាត់ប្រោកនឹកចង់ស៊ីសាច់នោះជាខ្លាំង។ វាគិតរកវិធីធ្វើដូចម្តេចដើម្បីដណ្តើមសាច់នោះយកមកធ្វើជាចំណីរបស់ខ្លួនឲ្យបាន។

ចចកក៏និយាយទៅកាន់ក្អែកថា

" អីយ៉ា! តាំងពីកើតមក យើងមិនដែលឃើញក្អែកឯណាស្អាតដូចក្អែកឯងនេះសោះ រូបរាងសមសួនឥតខ្ចោះ មើលទៅរោមឡើងរលើបបើសិនជាបានសំឡេងពីរោះក្រអួនប្រៀបដូចជារូបសម្រស់ពីខាងក្រៅទៀតអ្នកឯងប្រាកដជាជាប់ឈ្មោះជាស្តេចបក្សីជាមិនខាន"

ក្អែកឮដូច្នេះក៏ "ឡើងឈាម" ស៊ីជោរអណ្តែតអណ្តូងមួយរំពេច។ វាទឹកចង់បញ្ជាក់ឲ្យកាន់តែច្បាស់ពីភាពអស្ចារ្យរបស់ខ្លួន ហើយក៏ហាមាត់ស្រែកច្រៀងឲ្យចចកស្តាប់។ ពេលនោះ សាច់ដែលកំពុងពាំក៏របូតជ្រុះធ្លាក់មកដី ចចកក៏ប្រញាប់រើសយកសាច់នោះ ហើយសើចចំអកឲ្យក្អែកថា

"យើងបានឮហើយ សំឡេងរបស់ឯងពីរោះគួរសម ទាស់តែឯងល្ងីល្ងើបន្តិច គ្មានបញ្ញាសម្រាប់គិតអ្វីទាល់តែសោះ!"

📹 ចំណុចខ្សោយរបស់មនុស្សយើងនៅត្រង់ថា ចូលចិត្តអួតបង្ហាញពីមុខមាត់ សម្ភារៈ អំណាច... នេះគឺជាអ្វីដែលមនុស្សគ្រប់ៗគ្នាមានដូចៗគ្នា វាខុសគ្នានៅត្រង់ថា **មានតិចឬច្រើនតែប៉ុណ្ណោះ។**

បើមានតិចតួចល្មម វាក៏គ្មានបញ្ហាអ្វីដែរ ព្រោះវាបានជួយបង្កើនភាពរឹងមាំ និងការជឿជាក់មកលើខ្លួនឯងផង នោះគឺជាផលវិជ្ជមាន។ ប៉ុន្តែបើយើងមានមហិច្ឆិតាទៅលើសម្ភារៈ មុខមាត់ និងអំណាចឲ្យជ្រុលហួសហេតុពេក ប្រៀបដូចជាក្អែកមួយនេះដែលធ្លាក់ក្នុងរណ្តៅនៃការ "**ស៊ីជោរ**" ទៅជាភ្លេចខ្លួន មិនយល់ពីជម្រៅនៃការបញ្ឆោរ បែងចែកមិនច្បាស់លាស់ពីអ្វីអាក្រក់អ្វីល្អឲ្យបានពិតប្រាកដ ទីបំផុតធ្វើឲ្យខូចខាតដល់ខ្លួនឯងទៅវិញ។

☞ *ការយកចិត្ត ជួយបង្កើនសម្រស់ដល់ជីវិត*
តែការជាប់ជំពាក់ហួសពេក វាទាញឲ្យជីវិតអាប់ឱន
អាហារដែលសមល្មម វាជួយដល់សុខភាព
តែអាហារដែលច្រើនជ្រុល វានឹងប្រែទៅជាជាតិពុល
អ្នកគួររៀនរក្សាតុល្យភាព កុំឲ្យកិលេសវាមកបំពុលខ្លួនយើង។

មនុស្សម្នាក់ៗតែងជួបស្ថានការណ៍តានតឹង

ស្ទះណែនបំពង់ក

លេបក៏មិនឆ្អាញ់ ខ្ជាក់ចេញក៏មិនចេញ...

សូមអ្នកកុំចុះចាញ់

ត្រូវហ្វឹកហាត់ប្រើឱ្យអស់ពីសមត្ថភាព

បង្វែរស្ថានការណ៍ឱ្យបានល្អឡើងវិញ។

☆ ☆ ☆

២១

“ល្អឡើងវិល” ដូរឱ្យ “ល្អឡើងវិញ”

« មនុស្សឆ្លាត តែងប្រើសម្ដីឲ្យរួចផុតពីការគាបសង្កត់ផ្សេងៗ »

ក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងគ្នា យើងម្នាក់ៗតែងជួបពាក្យផ្ដេកផ្ដា ការប្រើវោហារស៊ិកសៀតពីភាគីម្ខាងទៀត ទោះជាដោយចេតនាចង់បំបាក់មុខ ឬគ្រាន់តែនិយាយលេងសើចក៏ដោយ ប្រសិនបើយើងមិនអាចបកស្រាយត្រឡប់ទៅវិញទេ យើងអាចនឹងទៅជា“សើចស្ងួ“ឬត្រូវអាម៉ាស់ជាមិនខាន។

✍... **អ្នកនិពន្ធម្នាក់** តែងនិពន្ធរឿងដៀមដាម រិះគន់ និងបើកកកាយពីមុខមាត់ពិតរបស់នាយទុនមួយចំនួន បង្កប់ក្នុងសាច់រឿងនិពន្ធរបស់ខ្លួន។ អ្វីទាំងនេះមិនបានធ្វើឲ្យនាយទុនទាំងនោះសប្បាយចិត្តប៉ុន្មានទេ។ ថ្ងៃមួយមាននាយទុនម្នាក់មានបំណងចង់បំបាក់មុខអ្នកនិពន្ធរូបនេះនៅក្នុងចំណោមមនុស្សអ្នកមុខអ្នកការក្នុងពិធីមួយ។ គាត់បាននិយាយខ្លាំងៗទៅកាន់អ្នកនិពន្ធថា ៖ “មានគេនិយាយថា អ្នកនិពន្ធល្បីៗ ច្រើនតែមិនគ្រប់ទឹក តើមែនដែរឬទេ?“

អ្នកនិពន្ធមិនបានសម្តែងអាការៈខឹងតបតអ្វីឡើយ គេបែរជាសើចយ៉ាងស្រួល ដោយអារម្មណ៍ត្រជាក់ ព្រមទាំងឆ្លើយតបទៅវិញយ៉ាងសុភាពថា “បាទពិតមែនហើយលោក បើតាមខ្ញុំយល់ គឺលោកឯងនេះហើយ ដែលសក្តិសមជាអ្នកនិពន្ធដ៏ល្បីល្បាញជាងគេនៅក្នុងសម័យនេះ“ ???

ស្ថានការណ៍តានតឹងក្តៅគុម្ពត្រចៀក ច្រើនកើតឡើងភ្លាមៗដោយមិនដឹងខ្លួន។ ហេតុនេះ ប្រសិនបើយើងត្រូវប្រឈមមុខក្នុងស្ថានភាពដូចនេះ ជាដំបូងយើងត្រូវរក្សាចិត្តឲ្យស្ងប់ សង្កេតសភាពការណ៍ទៅតាមសម្រួល ប្រើភាពឈ្លាសវៃ (វេឆ្លៀច) ទប់ទល់នឹងស្ថានការណ៍ទៅតាមភាពសមរម្យ ឬបង្វែរសាច់រឿងបញ្ហាសទៅរកភាគម្ខាងទៀតវិញ។

នេះជាការបង្វែរឲ្យភាគីម្ខាងទៀតទទួលនូវការ“ស្តោះលើទ្រូងឯង“ទៅវិញ។ មនុស្សឆ្លាត តែងយកវិធីនេះមកប្រើជាប្រចាំ។

✍... **អៀនជឺ** មន្ត្រីជាន់ខ្ពស់នៃនគរឈី ត្រូវបានគេបញ្ជូនឲ្យមកចរចាផ្នែកការទូតជាមួយនគរឈូ។ ពេលទ្រង់ជ្រាបរឿងនេះ ព្រះមហាក្សត្រនៃនគរឈូបានប្រជុំប្រឹក្សាជាមួយមន្ត្រីជាន់ខ្ពស់របស់ព្រះអង្គ អំពីរឿងនេះថា

“ យើងបានឮថា អៀនជឺ គឺមនុស្សដែលពូកែខាងការទូតណាស់ពេលនេះ អ្នកឯងចូលមកក្នុងប្រទេសឈូរបស់យើង យើងត្រូវដាក់ថ្នាំខ្លាំងឲ្យវាស្គាល់ថ្វីដៃយើងម្តង តើអ្នកទាំងអស់គ្នាមានគំនិតអ្វីខ្លះដែរឬទេ? “

មានមេគំនិតម្នាក់បានទូលប្រាប់ពីផែនការមួយដល់ព្រះអង្គ។

ពេលអៀនជឺធ្វើដំណើរមកដល់ មហាក្សត្រនគរឈូ បានរៀបចំពិធីជប់លៀងមួយយ៉ាងមហោឡារិក ដើម្បីទទួល។ មានមន្ត្រីគ្រប់ជាន់ថ្នាក់របស់នគរឈូ ព្រមទាំងបណ្តាទូតមកពីនគរផ្សេងៗយ៉ាងច្រើនកុះករចូលរួម។

ពេលដែលពួកគេគ្រប់គ្នាកំពុងសប្បាយរីករាយក្នុងពិធីជប់លៀង ស្រាប់តែមានអាមាត្យពីរនាក់ បណ្តើរអ្នកទោសម្នាក់ដើរកាត់តាមពិធីនោះ។

ព្រះចៅនគរឈូ ក្លែងធ្វើជាចូលហើយត្រាស់សួរថា

"ឈប់សិន! តើគេនេះធ្វើខុសអ្វីទៅ?"

អាមាត្យក៏ទូលថ្វាយថា

"ក្រាបទូល!... វាជាប្រជារាស្ត្ររបស់នគរឈី ជាប់ទោសពីបទលួចទ្រព្យសម្បត្តិគេ ករុណាថ្លៃវិសេស!"

ពេលទ្រង់សណ្ដាប់ដូច្នេះហើយ ព្រះអង្គសម្រួលព្រះកាយក្អាកក្អាយ បែរព្រះភ័ក្ត្រមកមានបន្ទូលដាក់ អៀនជឺ ថា

"អឺ!...នគរឈី សម្បូរអ្នកជំនាញខាងលួចអញ្ចឹងឬ?"

អៀនជឺ យល់ពីចេតនារបស់ព្រះរាជាដែលបង្កប់ក្នុងអត្ថន័យនោះយ៉ាងច្បាស់។ គេយល់ឃើញថា ពិធីជប់លៀងដែលព្រះអង្គបានរៀបចំនេះគឺដើម្បីចង់បំបាក់មុខនគរឈីនៅចំពោះមុខមនុស្សម្នានោះឯង។ ក្រោយពីគិតប្រមើលសព្វគ្រប់ហើយ អៀនជឺក៏ក្រោកឈរឡើងទូលថ្វាយទៅស្ដេចនគរឈូដោយអាកប្បកិរិយារឹងប៉ឹងនិងម៉ឺងម៉ាត់ថា ៖

"សូមក្រាបបង្គំទូលព្រះអង្គម្ចាស់ តើព្រះអង្គទ្រង់ធ្លាប់បានសណ្ដាប់រឿងនិទានមួយដែរឬទេ? ដើមក្រូចដែលគេដាំនៅភាគខាងត្បូងទន្លេហួយ និងដើមក្រូចដែលដាំនៅភាគខាងជើងទន្លេហួយដែរ ទោះជាក្រូចពូជតែមួយក៏ដោយ តែផលផ្លែផ្កានិងរសជាតិរបស់វាខុសប្លែកគ្នាជាខ្លាំង។ ដើមដែលដាំនៅភាគខាងជើង ផ្លែវាមានរសជាតិជូរអែមគួរឱ្យចូលចិត្តពិសា ឯដើមដែលដាំនៅភាគខាងត្បូង ផ្លែរបស់វាទៅជាល្វីងទៅវិញ។ តើហេតុអ្វីបានជាដូច្នេះ? នោះក៏មកពីទឹកដីខ្យល់អាកាសវាខុសគ្នា ធ្វើឱ្យផលផ្លែផ្កាដែលកើតមកវាទៅជាខុសគ្នាដែរ។ អ្នកដែលកើតធំធាត់ក្នុងនគរឈី រស់នៅតែក្នុងនគរឈី គេនឹងមិនមាននិស្ស័យជាចោរទេ តែដល់ពេលមករស់នៅនគរឈូ គេបែរជាចេះលួចទៅវិញ តើនេះប្រហែលជាមកពីទឹកដី បរិយាកាសក្នុងនគរឈូធ្វើឱ្យប្រជារាស្ត្រមាននិស្ស័យធ្វើជាចោរឬយ៉ាងណាទៅហ្ន៎?

ក្នុងរឿងនេះ តើព្រះអង្គមានព្រះតម្រិះដូចម្ដេចដែរក្រាបទូល?"

ក្រោយពីទ្រង់ព្រះសណ្ដាប់សម្ដីរបស់អៀនជឺចប់ ព្រះចៅនគរឈូ ទ្រង់ភ្ញាក់ព្រះទ័យឡើងវិញ ហើយមានតម្រិះក្នុងព្រះទ័យថា ៖

"ចង់លេងសើចជាមួយអ្នកប្រាជ្ញ ដែលមានប្រាជ្ញានិងសមត្ថភាពពេញខ្លួនដូច្នេះ វាមិនខុសពី **ស្ដោះទឹកមាត់បញ្ច្រាសខ្យល់** នោះឡើយ"។

ការមានជីវិតរស់នៅក្បែរមនុស្សដែលមាត់ដាច ពូកែបង្កាច់បង្ខូច មានចេតនាបំបាក់មុខ ចង់ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យយើងអាប់ឱន អាម៉ាស់ លិចលង់ យើងមិនអាចគិតតែពីរឿងធ្វើចិត្តឱ្យត្រជាក់ ធ្វើចិត្តឱ្យទូលាយ ឬមានក្ដីមេត្តាករុណាជារៀងរហូតបានឡើយ។ ការអត់ធ្មត់របស់មនុស្សវាតែងមានកម្រិត ហេតុនេះ យើងត្រូវតែប្រើវិធីវាយបកខ្លះៗ ដើម្បីឱ្យគេបានភ្ញាក់ខ្លួន ប៉ុន្តែវាជាការវាយបកដោយវោហារ មិនមែនជាការបញ្ចេញនូវទោសៈមោហៈទេ ហើយក៏មិនមែនជាការដែលត្រូវប្រើកម្លាំងបាយផងដែរ។

ក្នុងការវាយបក យើងត្រូវពង្រឹងអាកប្បកិរិយារបស់ខ្លួនឱ្យរឹងប៉ឹង មោះមុត វាយប្រហារឱ្យចំចំណុចសំខាន់របស់ភាគីម្ខាងទៀត ធ្វើបែបនេះទើបយើងអាចចាប់ដុំថ្មដែលគេគប់មកលើយើង គប់ឱ្យត្រូវស្មងជើងរបស់ម្ចាស់ដុំថ្មនោះវិញ។

ក្នុងករណីខ្លះទៀត គេអាចមិនមានចេតនាអាក្រក់អ្វីមកលើយើងក៏ពិតមែន ប៉ុន្តែបើយើងបង្វិលអណ្ដាតមិនទាន់ យើងមុខជាត្រូវខ្មាសគេខ្លះៗដោយជៀសមិនផុតឡើយ។

... **អាញស្ដាញ** ជាអ្នកវិទ្យាសាស្ត្រដ៏ល្បីម្នាក់នៅលើលោកយើង គាត់មិនសូវខ្វល់ខ្វាយនឹងរឿងសម្លៀកបំពាក់ ឬតុបតែងខ្លួនប្រាណអ្វីឡើយ។ ថ្ងៃមួយ ពេលដែលគាត់មកដល់ញូវយ៉កជាលើកដំបូង ស្មានមិនដល់ថាគាត់បានជួបនឹងមិត្តភក្ដិចាស់ម្នាក់។ មិត្តភក្ដិនោះឃើញគាត់ស្លៀកពាក់ខោអាវចាស់ពន្លកដូច្នេះ គាត់ក៏និយាយលេងថា...

" សម្លៀកបំពាក់ឯងនេះ! អស់ទាស់តែម្តង ចាស់ក៏ចាស់ ដាចក៏ដាច ពួកម៉ាកឯងគួរដូរវាចេញហើយ! ឯងមិនមែនជាមនុស្សធម្មតាទេណា កេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់ឯងល្បីសម្បើមណាស់! ឯងដឹងទេ? "

អាញស្ដាញសើច ហើយឆ្លើយថា

" អត់អីទេសម្លាញ់! ខ្ញុំទើបតែនឹងមកដល់ មិនទាន់មានអ្នកណាគេស្គាល់ខ្ញុំនៅឡើយទេ! " (ដោះស្រាយរួចមួយពេល)។

ជាច្រើនឆ្នាំក្រោយមកទៀត ទ្រឹស្តីសម្ពន្ធភាពរបស់គាត់កាន់តែល្បីល្បាញគ្រប់ទិសទី ថៃដន្យគាត់ក៏បានជួបមិត្តចាស់នោះម្តងទៀត ហើយវាលើសពីថៃដន្យនេះទៅទៀត ចំថ្ងៃគាត់ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ដដែល។ ថ្ងៃនេះគាត់មិនចាំបាច់ឲ្យមិត្តភក្តិហាមាត់ថាឲ្យគាត់ទាន់ទេ គាត់និយាយការដើងទុកជាមុនស្រេចថា "លើកនេះកាន់តែមិនបាច់ដូរខោអាវទៅទៀត ព្រោះមនុស្សគ្រប់គ្នានៅញូវយ៉កនេះ គេដឹងថា ខ្ញុំតែប៉ុណ្ណឹងទៅហើយ!" ???

លើកយកខ្លួនឯងមកនិយាយលេង ជាការដោះទ័លមួយបែប។ ខ្មែរយើងតែងនិយាយលេងសើចថា "ល្អឡើងវិញ" ឬ "ល្អឡើងរ៉េង"(វង្វេង) ជាវិធីដ៏ឈ្លាសវៃម្យ៉ាង តែយើងគួរពិចារណាតម្រូវទៅតាមស្ថានការណ៍ផងដែរថា តើវាជាលក្ខណៈមិត្តភក្តិ? ជាក្រុមគ្រួសារ? ឬជាបែបផ្លូវការ? ព្រោះថា វិធីខ្លះ យើងមិនអាចយកទៅដោះស្រាយក្នុងការចោទប្រកាន់ ការធ្វើអត្ថាធិប្បាយ ការពិភាក្សា ឬការពិចារណាផ្សេងៗបានឡើយ។

☞ *បន្លាមុតត្រូវយកបន្លាដោះ*
សម្តីគងត្រូវយកសម្តីកៀស
តែត្រូវជៀសកុំបង្កសង្គ្រាម។

ការល្បួងលោម
បើគ្មានមនោសញ្ចេតនាពិតប្រាកដ
គ្មានការយល់ចិត្តយល់ថ្លើមពិតប្រាកដ
វាមិនខុសពីសម្លដែលខ្វះអំបិលនោះឡើយ
ទោះជាមានក្លិនប្រហើរឈ្ងុយឈ្ងប់យ៉ាងណា
ក៏នៅតែសាបឈឹងគ្មានរសជាតិជាងដែល។

☆ ☆ ☆

២២

ការល្លួងលោម

“ ស្គាល់ពីចិត្តរបស់យើង យល់ដល់ចិត្តរបស់គេ ជាវិធីដ៏ងាយបំផុត ដើម្បីប្រព្រឹត្តអំពើល្អ ”

... ជាញឹកញាប់ណាស់ យើងម្នាក់ៗតែងបានទទួលការល្លួងលោមពីអ្នកដទៃ ចំណែកយើងវិញ ក៏ត្រូវតែរៀនល្លួងលោមអ្នកដទៃដូចគ្នាដែរ។ ការល្លួងលោមដល់អ្នកដទៃ គឺជាតួនាទីដែលយើងគួរប្រព្រឹត្តឲ្យបានល្អបំផុត។

ជាដំបូងៗ ដើម្បីល្លួងលោមអ្នកដទៃ អ្នកត្រូវមានសមានចិត្តដ៏ពិតប្រាកដទៅលើគេ ព្រោះសមានចិត្ត(១) ជាមូលដ្ឋានសំខាន់សម្រាប់វេញផ្គុំមនោសញ្ចេតនារបស់យើង ឲ្យស៊ីគ្នាជាមួយមនោសញ្ចេតនារបស់គេ។

---

(១) សមានចិត្ត : ចិត្តដែលមានសភាពទោរទន់រកគ្នា ដោយក្តីស្រឡាញ់ មេត្តា ករុណា។

ការយល់ចិត្តអ្នកណាម្នាក់ គឺការមានអារម្មណ៍ដូចគ្នា។ ហេតុនេះ បើអ្នកចង់លួងលោមអ្នកណា អ្នកត្រូវស្វែងយល់ឲ្យបានស៊ីជម្រៅពិតប្រាកដ អំពីការគិតនិងអារម្មណ៍របស់គេ ស្វែងយល់ពីបញ្ហា និងការលំបាកដែលគេកំពុងមាននៅពេលនេះ។ បន្ទាប់ពីនោះ យើងយកអ្វីដែលខ្លួនធ្លាប់បានដឹងមកពិចារណាជួយរកច្រកចេញ ឬរកវិធីដោះស្រាយឲ្យបានល្អសមរម្យ។

គោលដៅសំខាន់នៃការលួងលោមគឺ
បង្ហាញផ្លូវភ្លឺស្វាងខាងប្រាជ្ញាស្មារតី ឱ្យអ្នកនោះវៀរចាកផុតពីក្តីទុក្ខ។

ហេតុនេះ បើអ្នកចង់លួងលោមអ្នកណាម្នាក់ អ្នកត្រូវប្រកាន់យកគោលការណ៍នេះឲ្យបានខ្ជាប់ខ្ជួន រកវិធីនិយាយយ៉ាងណាឲ្យគេ **គិតឃើញ** ហើយ **បានស្រឡះចិត្ត។**

មនុស្សម្នាក់ៗ ពេលដែលមានវិបត្តិ ឬមានការប៉ះទង្គិចផ្លូវចិត្ត គេតែងមានអារម្មណ៍កណ្តោចកណ្តែង បាក់ទឹកចិត្ត អស់សង្ឃឹម ស្មុគស្មាញ ទ័លច្រក សុញគំនិត គិតអ្វីៗឃើញតែខាងផ្លូវអាក្រក់ទាំងអស់។ ហេតុនេះ អ្នកត្រូវចាប់រកវិធីជួយរំសាយទុក្ខ ជួយវែកផ្លូវ ដើម្បីឲ្យគេចាប់បានរំដោះខ្លួនផុតពីទុក្ខសោកចង្រៃ ហើយងាកមកមើលអ្វីៗក្នុងផ្លូវល្អវិញ។

យើងខ្ញុំសូមបង្ហាញជូននូវវិធីមួយចំនួនដូចខាងក្រោម ៖

១- ជ្រើសរើសចង្វាក់ពេលវេលាឱ្យបានសមរម្យ :

ចង្វាក់ពេលវេលាជារឿងសំខាន់ បើចង្វាក់មិនត្រូវ អ្វីដែលអ្នកធ្វើក៏មិនសូវមានប្រសិទ្ធភាពដែរ។ ឧទាហរណ៍ដូចជា ពេលដឹងថា គេមានទុក្ខដោយបាត់បង់ញាតិមិត្ត អ្នកត្រូវទៅបង្ហាញមុខឲ្យទាន់ក្នុងពេលក្តៅៗ ព្រោះវាជាការបង្ហាញពីការជួយឈឺឆ្អាល និងការគិតបារម្ភចំពោះគេ។ ធ្វើដូចនេះ

ជាការជួយកាត់បន្ថយភាពកណ្ដោចកណ្ដែងរបស់គេបានភ្លាមៗ និងជួយឲ្យគេចាប់មានភាពកក់ក្ដៅ ចាប់បានធូរស្រាលក្នុងអារម្មណ៍ទៀតផង។

ការជួយសង្គ្រោះដល់មនុស្សបានទាន់ពេលវេលា
ការផ្ដល់អាហារដល់មនុស្សដែលកំពុងតែដាច់បាយ
វាមានទំហំធំធេងខាងមនោសញ្ចេតនាជាងការជួយធម្មតាៗ។

ក្នុងករណីខ្លះទៀតដូចជា មិត្តភក្ដិមានរឿងរ៉ាវក្នុងកន្លែងធ្វើការ ឬមានវិបត្តិស្នេហា អ្នកគួររូតរះទៅជួបគេ តែកុំទាន់សួរនាំដេញដោលអ្វីច្រើន អ្នកគួរទុកឲ្យគេបញ្ចេញអារម្មណ៍ឲ្យអស់សិន។ មនុស្សយើង ពេលណាមានទុក្ខកង្វល់ឬមានវិបត្តិ គេតែងសម្ដែងអារម្មណ៍ទាំងនោះនៅចំពោះមុខមិត្តភក្ដិ ឬអ្នកណាដែលជិតស្និទ្ធនឹងគេ ជួនកាលគេប្រើគ្រឿងស្រវឹងបំបាត់ទុក្ខ ជួនកាលទៀត គេរអ៊ូរទាំរញ៉េរញ៉ៃ ឬពោលពាក្យសោកសៅជាដើម ហេតុនេះ អ្នកត្រូវរង់ចាំឲ្យគេព្រលែងឲ្យធ្អែតសិនចុះ **ពេលណាអារម្មណ៍គេស្ងប់ហើយ ទើបពាក្យលួងលោមរបស់អ្នក អាចមានប្រសិទ្ធភាពទៅលើគេបាន។**

២- ជួយសម្រាលទុក្ខតាមផ្លូវបន្ទប់ឬពង្វាង :

ពេលខ្លះ ដើម្បីលួងលោមសម្រាលទុក្ខ អ្នកមិនគួរនិយាយអ្វីដែលត្រង់ៗពេកផងដែរ ដូចជា ក្នុងករណីមានសមាជិកគ្រួសារស្លាប់ អ្នកមិនគួរសួរនាំពីរឿងអ្នកស្លាប់ច្រើនពេកទេ ព្រោះវានាំឲ្យគេកាន់តែក្ដុកក្ដួលថែមទៀត ហេតុនេះ អ្នកគួរនាំគេនិយាយបន្ទប់ទៅរឿងផ្សេងវិញ។ វិធីនេះ ក៏ជាការជួយសម្រាលទុក្ខដល់គេបានម្យ៉ាងដែរ។

ក្នុងករណីទៅសួរសុខទុក្ខអ្នកជំងឺ អ្នកមិនគួរទៅជជីកដេញដោលសួរពីស្ថានភាពរបស់អ្នកជំងឺពេកទេ ព្រោះរឿងទាំងនេះ អ្នកជំងឺបានឆ្លើយជាច្រើនដងណាស់ទៅហើយជាមួយអ្នកផ្សេង បើយើងបង្ខំសួរថែមទៀត វាអាច

ធ្វើឲ្យគេធុញទ្រាន់ ហេតុនេះ អ្នកគួរលើកយករឿងរ៉ាវ ឬដំណើររីករាយ ដែលធ្វើឲ្យគេចាប់អារម្មណ៍ មកនិយាយជាមួយទើបវាប្រសើរជាង។

នេះជាវិធីពង្វាងយករឿងពិបាកចេញ នាំរឿងដែលមានសិរីសួស្ដី មកដាក់ជំនួសចូលវិញ។

៣- ផ្ដល់កម្លាំងចិត្ត បូកផ្សំជាមួយការសម្រាលទុក្ខ :

យុវជនម្នាក់ ក្រោយពីរៀនចប់ពីមហាវិទ្យាល័យគេក៏ចេញដើររកការងារធ្វើ។ អស់រយៈពេលមួយឆ្នាំទៅហើយ គេនៅតែរកការងារមិនទាន់បាននៅឡើយ មួយថ្ងៃៗ គេគិតតែពីអង្គុយដកដង្ហើមធំ សញ្ជប់សញ្ជឹងដោយទឹកមុខស្រងូតស្រងាត់។ ឪពុកសង្កេតឃើញអាកប្បកិរិយាកូនបែបនេះ គាត់ក៏ដើរមកជិត ហើយនិយាយដោយសម្ដីទន់ភ្លន់ទៅកូនថា ៖

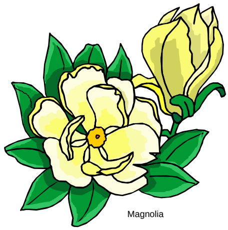
“ឃើញកូនពិបាកចិត្តដូច្នេះ ពុកនិងម៉ែឯងពិបាកជាងកូនទៅទៀត តែពុកនិងម៉ែមានការជឿជាក់លើសមត្ថភាពរបស់កូនជាខ្លាំង សង្គមរបស់យើងប្រៀបដូចជាថ្នាក់រៀនដ៏ធំមួយអញ្ចឹង ពេលកូនឈានជើងចូលមកក្នុងសង្គមក៏ស្រាប់តែជល់នឹងជញ្ជាំងភ្លាម តែយើងមិនចាត់ទុកថាជាការបរាជ័យធ្វើអ្វី កូននឹងបានសាកល្បងមេរៀនមួយក្បាច់ដែលសាលាមិនបានបង្រៀន។ មេរៀននោះគឺ... **ការព្យាយាមដ៏មោះមុត** នេះឯង។

ពុកម៉ែជឿថាកូនពិតជាមិនព្រមចុះញ៉មដោយសារតែឧបសគ្គនេះទេ ឧបសគ្គតូចតាចបែបនេះ វាមិនអាចយកឈ្នះលើការតាំងចិត្តព្យាយាមរបស់កូនបានឡើយ។ ហេតុនេះ បើកូនព្យាយាមតទៅទៀត កូនប្រាកដជារកបានការងារដែលត្រូវនឹងចិត្តរបស់កូនជាមិនខាន”។

ពាក្យសម្ដីរបស់ឪពុក បានដាស់អង្រួនចិត្តរបស់កូនឲ្យខំប្រឹងងើបឡើងតស៊ូ។ ទីបំផុត គេក៏រកការងារដែលត្រូវចិត្តរបស់ខ្លួនបានដូចក្ដីប្រាថ្នា។

☆☆☆

☞ អ្នកស្លាប់ រំពឹងឥសីមកប្រស់ដើម្បីបានរស់ឡើងវិញ
អ្នកលង់ទឹក រំពឹងទូកមកជួយស្រង់
អ្នកត្រូវភ្លើងឆេះផ្ទះ រំពឹងឡានទឹកមកជួយពន្លត់
អ្នកជំងឺ រំពឹងពេទ្យមកព្យាបាល
អ្នកដែលត្រូវគេធ្វើបាប រំពឹងរកយុត្តិធម៌
អ្នកមានវិបត្តិ រំពឹងមានអ្នកមកជួយសម្រាលទុក្ខ...
ក្នុងឋានៈជាមនុស្សដូចគ្នា ម្តងគេម្តងយើង
បើឃើញមនុស្សដូចគ្នាធ្លាក់ក្នុងទិដ្ឋភាពបែបនេះ
តើអ្នកសុខចិត្តមើលនឹងភ្នែកកើតដែរឬទេ?
វិធីផ្សេងៗវានឹងមកសណ្ឋិតក្នុងខួរក្បាលរបស់អ្នក
ប្រសិនបើអ្នក ពិតជាមាន "បេះដូង" ក្នុងរឿងទាំងនោះ។



បើបញ្ជើចបញ្ជើខ្ញុំ ខ្ញុំអាចមិនរាប់អានអ្នក
បើរិះគន់ខ្ញុំ ខ្ញុំអាចមិនចូលចិត្តអ្នក
បើមិនខ្វល់ពីខ្ញុំ ខ្ញុំអាចមិនអភ័យទោសឱ្យអ្នក
តែបើផ្តល់កម្លាំងចិត្តដល់ខ្ញុំ ខ្ញុំនឹងមិនភ្លេចរូបអ្នកឡើយ។

វិលៀម ឆ វ៉ាង

☆☆☆

២៣
ការលើកទឹកចិត្ត

« វិធីដ៏ល្អបំផុតដើម្បីផ្តល់កម្លាំងចិត្តដល់ខ្លួនឯង
គឺការលើកទឹកចិត្តដល់អ្នកដទៃ គ្រប់ៗគ្នានោះឯង »

... គ្រូបង្រៀនខាងគំនូរម្នាក់ តែងដៀលត្មះកូនសិស្សដែលមិនព្រមធ្វើកិច្ចការដែលគ្រូដាក់ឲ្យ។ គាត់ធ្វើដោយអាការៈមួម៉ៅជាប្រចាំ ទើបបានជាអ្វីៗពុំបានល្អប្រសើរគ្រាន់បើសោះឡើយ។

សិស្សម្នាក់បានឲ្យយោបល់យ៉ាងមានសុជីវធម៌ទៅលោកគ្រូនោះឲ្យប្តូរមកប្រើវិធី ***សរសើរដល់អ្នកណាដែលបានធ្វើកិច្ចការ ជំនួសការតិះដៀលទៅលើអ្នកដែលមិនព្រមធ្វើ។***
គ្រូព្រមធ្វើតាមសំណើនេះ ហើយបានផលទៅតាមការគិត។
ក្រោយពីនោះមកប៉ុន្មានអាទិត្យ សិស្សធ្វើកិច្ចការបានគ្រប់ៗគ្នា។

✍... នារីម្នាក់រៀបការជាមួយបុរសស្ទើរភ្លើងម្នាក់ដែលរឹងត្អឹង និងចូលចិត្តប្រើអំណាច។ ចំណែកឪពុកក្មេក គាត់ចូលចិត្តបង្គាប់បញ្ជាសព្វបែបយ៉ាងមកលើកូនប្រសារ។

ពេលដែលគេតម្រូវឲ្យធ្វើអ្វីៗ នាងជាភរិយាព្យាយាមតស៊ូអត់ធ្មត់មិនតបត។ តែបើពេលណាប្ដីឬឪពុកក្មេក ជួយទិញនេះទិញនោះឲ្យ ឬជួយធ្វើកិច្ចការអ្វីៗ ឬបង្កឲ្យមានបរិយាកាសល្អៗនៅក្នុងផ្ទះ **នាងតែងសម្ដែងការកោតសរសើរ និងថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅ។**

កន្លងទៅមិនដល់មួយឆ្នាំផង ប្ដីនិងឪពុកក្មេក ក៏ប្ដូរនិស្ស័យមកជាមនុស្សសុភាពទន់ភ្លន់ មានសុជីវធម៌ ខុសពីមុនដាច់ស្រឡះ។

យើងសង្កេតឃើញថា ការលើកសរសើរបានផ្ដល់ផលដ៏ល្អធំធេងរហូតមិនអាចកាត់ថ្លៃបាន មកលើការប្រព្រឹត្តរបស់មនុស្ស។

គេបានស្រាវជ្រាវរកឃើញថា ការសរសើរលើកទឹកចិត្ត មិនមែនត្រឹមតែជាការផ្ដល់រង្វាន់នោះទេ តែវាអាចទាញភ្ជាប់ទៅរកទង្វើមួយចំនួនធ្វើឲ្យការប្រព្រឹត្តខ្លះ ក្លាយទៅជាមានទម្លាប់កាន់តែល្អឡើងថែមទៀត។

ការដែលគេអាចបង្ហឹកសត្វឲ្យធ្វើអ្វីមួយបាន បានពិសោធឲ្យឃើញថា ជាទូទៅ ការដាស់ផ្លូវចិត្ត មានរូបបែបពីរយ៉ាងគឺ

"យល់ព្រម" និង "បដិសេធន៍"

ការដាស់ផ្លូវចិត្តបែប**"យល់ព្រម"** គេប្រើនៅពេលដែលអ្នកបញ្ជាមានការពេញចិត្ត ដូចជា ផ្ដល់ចំណីអាហារ ផ្ដល់ក្ដីស្រឡាញ់ ថ្នាក់ថ្នមការសរសើរលើកទឹកចិត្តដល់សត្វជាដើម។

ការដាស់ផ្លូវចិត្តបែប**"បដិសេធន៍"** គេប្រើនៅពេលណាដែលត្រូវហាមប្រាម ឬឲ្យជៀសវាង ដូចជា ការវាយ ការចងចិញ្ចើម ឬការស្រែកសម្លុត ដើម្បីបង្ហាញពីការមិនពេញចិត្ត។

ឧបមាថា យើងចង់ឲ្យអ្នកណាម្នាក់ទូរស័ព្ទមករកយើង តែវាទៅជាបាត់ដំណឹងឈឹង ពេលនោះយើងមិនទាន់អាចដាស់ចិត្តគេបាននៅឡើយទេ ព្រោះវាមិនទាន់មានអ្វីកើតឡើង។ បើនៅពេលណាដែលគេទូរស័ព្ទមក ហើយយើងបាននិយាយប្រកបដោយអធ្យាស្រ័យល្អ សម្ដែងពីការសប្បាយរីករាយពេញចិត្តពេញថ្លើម។ វិធីនេះ នឹងជួយឲ្យគេទូរស័ព្ទមករកយើងជាញឹកញាប់។ ផ្ទុយទៅវិញ បើពេលគេទូរស័ព្ទមក យើងបែរជានិយាយជាមួយគេបែបព្រងើយៗគ្មានអារម្មណ៍ ឬនិយាយកំបុតកំបុយ នោះគឺជាការដាស់ចិត្តបែប "បដិសេធន៍"។ វិធីបែបនេះ ប្រហែលជាគ្មានផ្លូវនឹងឲ្យគេទូរស័ព្ទមករកអ្នក សាជាថ្មីទៀតឡើយ។

ការ "**ដាស់ចិត្ត**" ជាសញ្ញាខាងផ្លូវចិត្តមួយបែបសម្រាប់បញ្ជាក់ទៅឲ្យភាគីម្ខាងទៀតបានដឹងច្បាស់ថា យើងត្រូវការអ្វី យើងពេញចិត្តនឹងអ្វី។ ឧទាហរណ៍ ពេលក្មេងធ្វើអ្វីមួយបានសម្រេច យើងតែងនិយាយថា

"ល្អណាស់" ឬ "ពូកែណាស់"

នេះជាសញ្ញាមួយប្រាប់ទៅគេឲ្យដឹងថា យើងពេញចិត្តនឹងគេធ្វើដូច្នេះ។

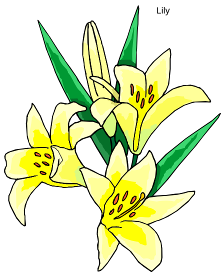
ការដាស់ចិត្ត ត្រូវធ្វើឲ្យត្រូវតាមកាលៈទេសៈ មិនអាចប្រញាប់ហើយក៏មិនអាចយឺតពេកដែរ។ ការដាស់ចិត្តបែបបដិសេធន៍ គួរសម្ដែងឲ្យបានសមរម្យផងដែរដូចជា បើយើងស្ដីថាឲ្យក្មេងបែបរអ៊ូរទាំមិនចេះចប់មិនចេះហើយ ពាក្យសម្ដីទាំងនេះនឹងគ្មានប្រយោជន៍ដល់ក្មេងឡើយ។ វាក្លាយទៅជា "**សំឡេងរំខានអារម្មណ៍ទៅវិញ**"។

ពាក្យលើកទឹកចិត្ត មានន័យថា "**ចូរខំធ្វើតទៅទៀត**" វាសម្រាប់ជំរុញឲ្យមានការព្យាយាម ឬហ្វឹកហាត់ធ្វើអ្វីមួយ ក្នុងកាលៈទេសៈណាមួយតែប៉ុណ្ណោះ ឧទាហរណ៍ ពេលបង្ហាត់ក្មេងឲ្យជិះកង់ យើងអាចនិយាយលើកទឹកចិត្តគេថា "ល្អណាស់! ខំប្រឹងបន្តិចទៀត " តែបើពេលណាគេចេះជិះ

បានស្គាល់ជំនាញហើយ យើងនៅតែប្រើពាក្យលើកទឹកចិត្តដដែលទៀត វាក៏នឹងទៅជាខុសទំនងទៅវិញ។

ការចេះនិយាយលើកទឹកចិត្ត តែងឲ្យផលជាវិជ្ជមាន
ដើម្បីលើកទឹកចិត្តមនុស្ស តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

☞ *ធ្វើជាគំរូល្អដល់គេ ផ្ដល់កិត្តិយសដល់គេ*
ផ្ដល់ការទុកចិត្តទៅលើគេ ផ្ដល់ភាពស្និទ្ធស្នាលដល់គេ
ទទួលស្គាល់នូវអ្វីដែលគេធ្វើបាន និងណែនាំឲ្យគេធ្វើបន្ត
លើកសរសើរដើម្បីឲ្យគេធ្វើអ្វីមួយដោយទឹកចិត្តរបស់ខ្លួន
លើកទឹកចិត្តឲ្យគេស្រឡាញ់ប្រយោជន៍រួម
លើកទឹកចិត្តឲ្យគេចេះលើកកម្ពស់ការងារបានកាន់តែប្រសើរ។



តិចនិចសំខាន់ក្នុងការលើកទឹកចិត្តអ្នកដទៃ
គឺការរីករាយនឹងរឿងអ្វីដែលល្អត្រឹមត្រូវ
តែអ្នកខ្លះបែរជាចូលចិត្តចាប់កំហុស
ឬសម្លឹងរកតែក្តីវិនាសរបស់គេទៅវិញ។
ផ្ទុយពីនេះ
យើងគួររីករាយនឹងចំណុចលេចធ្លោរបស់គេ
ព្រមទាំងអ្វីៗដែលគេធ្វើត្រូវ
ទោះបីជារឿងតូចតាចក៏ដោយ។

ចន ស៊ី ម៉ែក្សវ៉ែល - John C. Maxwell

☆☆☆

សំណួរដ៏ល្ងិតល្ងង់តែមួយគត់

គឺសំណួរដែលអ្នកមិនព្រមសួរវាចេញមក។

The only dumb question
is a question you don't ask.

ប៉ូល ម៉ាក់គ្រីឌី – Paul Maccready

☆☆☆

២៤

តិចនិចក្នុងការសួរ

« ត្រូវចេះប្រើវិធីសួរឲ្យមានប្រយោជន៍បំផុត »

✍... ការសន្ទនាទីមួយៗតែងមានការសួរ ការឆ្លើយ ការបកស្រាយ ការអធិប្បាយ ការពន្យល់...។ល។

ការសាកសួរ ជាវិធីមួយដើម្បីស្វែងយល់ពីគោលបំណងរបស់ភាគីម្ខាងទៀត ព្រមទាំងដើម្បីស្វែងយល់ពីការពិតមួយចំនួន។

ការសួរបណ្តើរ ស្តាប់បណ្តើរ ឲ្យគូភាគីបកស្រាយពីការត្រិះរិះ និងការយល់ដឹងរបស់ខ្លួន បង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់ខ្លួន ធ្វើឲ្យយើងបានដឹងនូវអ្វីដែលយើងចង់ដឹង ឬអ្វីដែលយើងមិនធ្លាប់ដឹងពីមុន។

ជាទូទៅ អ្នកសួរតែងតែជាអ្នកបញ្ជាទិសដៅក្នុងការសន្ទនា ហើយបង្វែរការសន្ទនា ឲ្យទៅដល់គោលគំនិតរួមណាមួយដែលខ្លួនត្រូវការ។

ចំពោះបញ្ហាដែលថា នឹងសួរពីអ្វី? ប្រើប្រយោគសួរដូចម្ដេច? តើគួរសួរនៅពេលណា? អ្នកត្រូវតែយល់ដឹងអំពីតិចនិច និងសិល្បៈវិធីខ្លះៗ ព្រោះការសាកសួរ តែងប្រព្រឹត្តទៅតាមរូបភាពផ្សេងៗគ្នា ចំណែកប្រតិកម្មឆ្លើយតបរបស់គូភាគី ក៏មានសភាពខុសៗគ្នាទៅតាមនោះដែរ។

សមណសិស្សមួយអង្គ បានសួរទៅលោកគ្រូម្នាក់ថា

"ពេលកំពុងរៀនធម៌ អាត្មាចាន់បារីបានដែរឬទេ?"

យើងឃើញថា សំណូមពរបែបនេះ ពិតជាទទួលនូវការបដិសេធ។

សមណសិស្សមួយអង្គទៀត បានសួរសំណួរស្រដៀងគ្នានេះដែរថា

"ពេលអាត្មាកំពុងចាន់បារី អាត្មាអាចរៀនធម៌បានដែរឬទេ?"

បើសង្កេតទាំងពីរករណីនេះ យើងឃើញថា សំណួរដូចគ្នា តែបើយើងប្ដូររូបភាពនៃការសួរសាជាថ្មី វាក៏ត្រឡប់ទៅជាបានទទួលអនុញ្ញាតទៅវិញ។ ហេតុនេះហើយទើបបានជាយើងត្រូវមានតិចនិចក្នុងការសួរឲ្យបានល្អិតល្អន់បន្តិច។

✍...ក្នុងការដាក់សំណួរ ប្រការដំបូងយើងគួរឲ្យភាគីម្ខាងទៀតគេដឹងថា យើងចង់បានអ្វីពីការសន្ទនាក្នុងពេលនេះ។ បើគេបានដឹងពីចេតនាពិតប្រាកដរបស់យើងហើយ គេមុខជានឹងឆ្លើយបានក្បោះក្បាយជាមិនខាន។ ឯចំណែកយើងវិញ ក៏អាចទទួលខ្លឹមសារបានយ៉ាងពេញលេញផងដែរ។

សូមអ្នកចងចាំថា

ការដាក់សំណួរ

មិនត្រូវមានលក្ខណៈជាការបំពារបំពានតំរាមកំហែង

ឬជាការប្រព្រឹត្តទៅតាមអំពើចិត្តនោះឡើយ។

មុននឹងដាក់សំណួរអ្វីមួយអ្នកត្រូវពិចារណាអំពីការប្រើពាក្យពេចន៍ឃ្លាប្រយោគនិងការលើកដាក់សំឡេងឲ្យបានល្អិតល្អន់ ផ្ដោតសំណួរឲ្យបាន

ចំគោលដៅ ហើយសមរម្យល្មម ដែលវានឹងផ្តល់ផលល្អដល់ទិសដៅនៃការសន្ទនា។ បើមិនដូច្នោះទេ វានឹងធ្វើឲ្យអ្នកទៅជាខូចការ ឬធ្វើឲ្យការសន្ទនាមានការប៉ះទង្គិចដោយប្រការផ្សេងៗ។

សំណួរមួយចំនួន អាចធ្វើឲ្យមានការល្អក់កករដល់គូភាគីរបស់អ្នកដោយអចេតនា ធ្វើឲ្យគេមិនសប្បាយចិត្ត។ ហេតុនេះក្នុងការលើកជាសំណួរម្តងៗ អ្នកត្រូវជៀសវាងអំពីប្រការខ្លះដែលគូភាគីគេ "ប្រកាន់" ។

ការចេះដាក់សំណួរយ៉ាងឈ្លាសវៃ ជាសញ្ញាបង្ហាញឲ្យដឹងថាអ្នកជាមនុស្សមានថ្វីមាត់ពូកែពិតប្រាកដ មិនមែនជាអ្នកដែលពូកែវោហារបែបលេបខាយល្អតែមើល ឬជាអ្នកបង្កើតរឿងឥតប្រយោជន៍នោះឡើយ។

ដើម្បីដាក់សំណួរបានល្អ អ្នកគួរស្វែងយល់ពីប្រភេទផ្សេងៗនៃការសួរដូចខាងក្រោម ៖

១- ការសួរបែបកំណត់ក្របខណ្ឌឱ្យឆ្លើយ :

វិធីកំណត់ឲ្យឆ្លើយ ជាវិធីដែលមានគោលដៅពិតប្រាកដមួយបែបជួយឲ្យអ្នកសួរបានទទួលចម្លើយទៅតាមអ្វីដែលខ្លួនត្រូវការ ជួយកាត់បន្ថយនូវការបដិសេធ ឬជៀសវាងនូវចម្លើយដែលខ្លួនមិនត្រូវការ។

ចំណុចសំខាន់នៃសំណួរបែបនេះគឺ កំណត់លក្ខខណ្ឌនៃការឆ្លើយរបស់គូភាគី ដើម្បីឲ្យចម្លើយរបស់គេស្ថិតក្នុងរង្វង់ក្របខណ្ឌមួយជាក់លាក់។

រឿងនិទានមួយតំណាលថា ហាងលក់បបរសាមចូកមួយកន្លែងមានភ្ញៀវខ្លះចូលចិត្តពងទា ខ្លះទៀតមិនចូលចិត្ត។ ម្ចាស់ហាងតែងសួរទៅភ្ញៀវទាំងនោះថា "ដាក់ពងទាដែរឬទេ?"

សំណួរបែបនេះ មានលក្ខខណ្ឌនៃចម្លើយគឺ "ដាក់ពងឬមិនដាក់?" ដែលអាចឲ្យគេ "លក់ពងទាបានខ្លះ ឬខ្លះទៀតលក់មិនបាន" ។

ក្រោយមក ម្ចាស់ហាងបានគិតឃើញវិធីសួរម្យ៉ាងទៀត ដែលល្អជាងនេះបន្តិច។ គេប្រាប់ទៅបុគ្គលិកអ្នកលក់គ្រប់គ្នា ឲ្យប្តូរសំណួរសាជាថ្មីវិញថា "ដាក់ពងមួយឬដាក់ពងពីរ?"

ការប្តូរសំណួរបែបនេះបានកំណត់ក្របខ័ណ្ឌនៃចម្លើយរបស់ភ្ញៀវឲ្យត្រូវឆ្លើយថា "យកពងមួយឬយកពងពីរ?" ។

សំណួរនេះ ធ្វើឲ្យហាងរបស់គេលក់ពងទាដាច់បានច្រើនជាងមុន។

២- ការសួរបែបពង្វាង :

សំណួរបែបនេះ តម្រូវឲ្យប្រើពាក្យទន់ភ្លន់ និងទឹកន្លែងសមរម្យ។

ក្នុងករណីដែលយើងនៅស្ទាក់ស្ទើរ មិនទាន់យល់ចិត្តរបស់គូភាគីបានច្បាស់លាស់នៅឡើយ យើងត្រូវសួរបែបពង្វាង ឬបែបលីបល មិនឲ្យចំៗត្រង់ៗពេក ស្ទាបស្ទង់ស្ថានការណ៍របស់គូភាគីជាមុន ដើម្បីកុំឲ្យធ្លាក់ទៅរកសភាពតានតឹង ឬការបដិសេធភ្លាមៗ។ បន្ទាប់ពីនោះ ទើបយើងកៀងបន្តិចម្តងៗទៅរកគោលដៅធំរបស់ខ្លួន។

ឧទាហរណ៍ ក្នុងការចរចាមុខជំនួញ ភាគីម្ខាងចង់លក់ទំនិញរបស់ខ្លួន តែគេនៅមិនទាន់ប្រាកដក្នុងចិត្តថាតើភាគីម្ខាងទៀតគេចង់ទិញដែរឬទេ? បើនឹងសួរត្រង់ៗភ្លាមៗ ខ្លាចមិនបានដូចចិត្ត ហេតុនេះ គេត្រូវសួរបែបស្ទាបស្ទង់ជាមុនថា "ទំនិញនេះមានគុណភាពល្អដែរឬទេ? តើអ្នកយល់ឃើញយ៉ាងណាដែរ?"

ក្នុងករណីនេះ បើភាគីម្ខាងទៀតគេចង់ទិញ គេនឹងឆ្លើយជាតម្រុយល្អដល់យើង តែបើគេមិនចង់ទិញ គេក៏នឹងឲ្យជាសញ្ញាបែបបដិសេធឲ្យយើងបានដឹង ដែលទោះជាយ៉ាងណា ក៏វាមិនទាន់ឈានទៅដល់សភាពការណ៍តានតឹងរវាងភាគីទាំងពីរនៅឡើយដែរ។

៣-ការសួរបែបវាយលុក :

គោលដៅនៃសំណួរប្រភេទនេះគឺ វាយលុកទៅលើភាគីម្ខាងទៀតឲ្យចុះចាញ់តែម្តង។ អ្នកដែលប្រើសំណួរប្រភេទនេះត្រូវមានបុគ្គលិកលក្ខណៈជាមនុស្សពិសេស មានសមត្ថភាពនិងបទពិសោធន៍ខ្ពស់ ចេះប្រមើលមើលពីស្ថានការណ៍បានវែងឆ្ងាយ និងអាចសង្កត់ទៅលើគូភាគីបានចំគោលដៅ។

ក្នុងការប្រជែងតំណែងប្រធានាធិបតីរបស់សហរដ្ឋអាមេរិក រវាងលោក រ៉ូណាល់ រីហ្គេន ជាគូប្រជែង និងលោក ជីមី ខាទ័រ ដែលជាអ្នកការពារតំណែងក្នុងសម័យទី២ លោក រីហ្គេន បានដាក់សំណួរជាចំណោទមួយថា "មុននឹងអស់លោកអ្នកសម្រេចចិត្តថានឹងបោះឆ្នោតឲ្យអ្នកណា សូមលោកអ្នកពិនិត្យពិចារណាទៅលើបញ្ហាមួយជាមុន បញ្ហានោះគឺ តើជីវភាពរស់នៅរបស់លោកអ្នកកាលពី៤ឆ្នាំមុន រហូតមកទល់នឹងបច្ចុប្បន្ន វាបានល្អប្រសើរឡើងដែរឬទេ? ពេលទៅទិញទំនិញ តើអ្នកដកលុយទិញដោយងាយស្រួលជាងពីមុនដែរឬទេ? តើចំនួនមនុស្សដែលបាត់បង់ការងារ វាតិចជាងកាលពី៤ឆ្នាំមុនដែរឬទេ? តើអារ្យប្រទេសលើលោក គេលើកតម្កើងដល់សហរដ្ឋអាមេរិកជាងកាលពី៤ឆ្នាំមុនដែរឬទេ?"

ក្រោយពីការអធិប្បាយចោទឆ្លើយរវាងបេក្ខជនប្រធានាធិបតីទាំងពីររួចមក គេបានស្ទាបស្ទង់មតិឃើញថា ៖

អ្នកគាំទ្រលោក រីហ្គេន មាន 67%

ឯអ្នកគាំទ្រលោក ខាទ័រ នៅសល់តែ 30% ។

⇨⇨⇨

៤-ការសួរបែបពិគ្រោះពិភាក្សា :

ប្រសិនបើយើងចង់ឲ្យគេយល់ស្របតាមយោបល់របស់ខ្លួន អ្នកគួរព្យាយាមលើកដាក់សំនៀងដែលបង្ហាញពីការចង់បានមតិយោបល់ដូចជា

" ឯងជួយមើលបន្តិចមើល៍!... សរសេរអញ្ចឹងសមទេ? "

ការសួរបែបនេះ ភាគីម្ខាងទៀតគេនឹងយល់ស្របដោយងាយ និងប្រសិនបើគេមិនយល់ស្របតាមលក្ខខណ្ឌរបស់យើងទេ ក៏បរិយាកាសនៅតែមានសភាពរលូនទៅបាន ហើយឱកាសដែលអាចនឹងស្រុះស្រួលគ្នានាពេលក្រោយៗទៀត ក៏នៅតែមានខ្លះៗដែរ។

✍... ពេលដាក់ជាសំណួរម្តងៗ អ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ពីទំនោរចិត្តរបស់គូសន្ទនាជាប្រចាំ។ គ្រប់ពេលវេលា មនុស្សយើងតែងតែមានអារម្មណ៍ទោរទៅរកអ្វីម្យ៉ាងៗជាប្រចាំ។ ក្នុងដំណើរជីវិតពិតរបស់មនុស្ស ខួរក្បាលរបស់យើងគាត់មិនដែលចង់ឈប់សម្រាកអ្វីឡើយ ទោះបីជាយើងបើកភ្នែក ឬបិទភ្នែកក៏ដោយ។ បើយើងឧស្សាហ៍សង្កេត យើងនឹងឃើញថា ពេលកំពុងមានអារម្មណ៍ល្អ ទោះជាចង់និយាយរឿងអ្វី វាក៏ចេះតែទៅបានដោយស្រួល តែបើពេលកំពុងមានអារម្មណ៍មិនល្អ ដើមចេកដែលនៅស្ងៀមក៏គេចមិនរួច ឬមួយគ្នាសុំតែមួយរយលុយខ្មែរក៏មិនបានផង។ អ្វីទាំងនេះ បញ្ជាក់ឲ្យយើងឃើញថា មនុស្សតែម្នាក់ដែលស្ថិតនៅក្រោមសភាវៈអារម្មណ៍ខុសពីគ្នា មានប្រតិកម្មឆ្លើយតបមកលើរឿងដដែលក៏ខុសគ្នាដែរ។

បើដូច្នេះ តើយើងត្រូវយកចិត្តទុកដាក់លើ**ប្រការ**ណាខ្លះក្នុងការសួរដើម្បីឲ្យបានទទួលផលល្អប្រសើរ?

១. ប្រើភាសាតម្រូវតាមប្រភេទបុគ្គល :

ចាស់បុរាណបានប្រដៅយើងថា

"ចូលស្ទឹងតាមបត់ ចូលស្រុកតាមប្រទេស"

ប្រការដំបូង យើងត្រូវ ***បែងចែករវាងមនុស្សប្រុសនឹងមនុស្សស្រី ក្មេងហើយនឹងមនុស្សចាស់។*** រឿងដែលគួរសួរប្រុសៗ បែរជាទៅសួរស្រីៗ ឯរឿងត្រូវសួរចាស់ៗ យើងបែរជាទៅសួរក្មេង ឬមួយអ្នកទៅសួរក្រមុំចាស់ថា នាងអាយុប៉ុន្មានហើយ? នោះវាសុទ្ធតែជាការឥតប្រយោជន៍ ឬជាការសន្សំរឿងមកដាក់ខ្លួននោះឯង។

ប្រការទី២ យើងគួរពិនិត្យទៅលើ ***និស្ស័យរបស់មនុស្សម្នាក់ៗ។*** អ្នកខ្លះមាននិស្ស័យបើកចំហ ឥតលាក់លៀម និយាយអ្វីត្រង់ៗ ទោះជាយើងសួរសំណួរបែបណា ក៏គេអាចឆ្លើយបានយ៉ាងស្រួល ថែមទាំងចេះកំប្លែងលេងឲ្យមានបរិយាកាសរីករាយទៀតផង។ អ្នកខ្លះមាននិស្ស័យស្ងប់ស្ងៀម ចូលចិត្តគិតច្រើន មិនសូវសម្ដែងពីអារម្មណ៍ឲ្យគេដឹង មិនសូវចេះលេងសើចនិយាយមួយៗ ចូលចិត្តនៅម្នាក់ឯង មិនសូវចេះញ៉ិកញ៉ក់ជាមួយអ្នកណាទេ គេចាប់រំដើបរំជួលអារម្មណ៍ជាងអ្នកដែលមាននិស្ស័យបើកចំហ។ អ្នកប្រភេទនេះ បើចង់សួរអ្វី យើងអាចសួរគេបានភ្លាមៗ តែសំណួររបស់យើងត្រូវសួរឲ្យច្បាស់ៗ កុំសួរសំណួរផ្ដេសផ្ដាសខុសសាច់រឿង ត្រូវមានតក្កៈក្នុងការសួរ ហើយត្រូវព្យាយាមប្រទាក់ក្រឡាពីសំណួរមួយទៅសំណួរមួយឲ្យបានជាប់គ្នា ដូចជា“ហេតុអ្វីបានជាបែបហ្នឹង” រួចបន្ត “ហើយវាយ៉ាងម៉េចទៀត” ជាដើម។ ការសួរបែបនេះ នាំឲ្យគេឆ្លើយជាបន្តបន្ទាប់ហើយយើងក៏បន្តសួរឲ្យស៊ីជម្រៅបន្តិចម្ដងជាលំដាប់។ ចំពោះអ្នកនិយាយយឺតៗ មានអារម្មណ៍ចាប់រំជួលបែបនេះ អ្នកសួរត្រូវតែមានការប៉ិនប្រសប់ក្នុងការទាក់ទាញទឹកចិត្ត ឲ្យគេបាននិយាយតាមសម្រួល កុំបង្កការតានតឹងតាំងពីដើមទីឲ្យសោះ ត្រូវលើកពីអ្វីដែលធ្វើឲ្យគេមានអារម្មណ៍ល្អពីដំបូងៗ ហើយចាប់ផ្ដើមពីរឿងងាយទៅពិបាកម្ដងបន្តិចៗ សួរទៅតាមការពិត ឲ្យគេលាតត្រដាងពីទឹកចិត្តរបស់ខ្លួនចេញមកក្រៅ ជាពិសេសកុំគាបសង្កត់ឲ្យគេតានតឹងក្នុងចិត្តជាដាច់ខាត។

⇨⇨⇨

ប្រការទី៣ យើងត្រូវដឹងថា ***កម្រិតយល់ដឹងនិងសភាវៈសង្គម*** របស់មនុស្សម្នាក់ៗមិនដូចគ្នាទេ។ ហេតុនេះ អ្នកត្រូវវិភាគឲ្យបានដិតដល់ថា តើអ្នកនោះមានការរៀនសូត្រដល់ថ្នាក់ណា? សង្គមគ្រួសារបែបណា? អ្នកនោះធ្លាប់ធ្វើការអ្វីខ្លះ? ឋានៈជីវភាពកម្រិតណា?... ការដឹងពីរឿងនេះ វានឹងជួយឲ្យយើងដាក់សំណួរបានសមរម្យ វានឹងមិននាំឲ្យធ្លាក់ចូលករណី "មិនមើលជើងទូកជើងសេះ" ដូចជា ទៅសួរចិនលក់គុយទាវថា "តើគេភ្ជួរស្រែយ៉ាងម៉េចខ្លះ?" នោះអ្នកប្រាកដជាគ្មានបានសាច់រឿងអ្វីឡើយ។

ហេតុនេះ ការដឹងពីកម្រិតយល់ដឹង មុខងារ ឋានៈក្នុងសង្គម ក៏ជាបច្ច័យដ៏សំខាន់មួយដែរ ក្នុងការដាក់សំណួរឲ្យបានសមរម្យ។

២. មើលចង្វាក់ពេលវេលាឲ្យបានសមស្រប ៈ

ការសួរសំណួរចំពោះអ្នកណាម្នាក់ មិនមែនជាការដើរលេង ឬមិនមែនជាការទៅផ្សារដែលយើងចង់ទៅថ្ងៃម៉ោនក៏បាននោះទេ សំណួរតែមួយ បើចង្វាក់ពេលខុសគ្នាក៏អាចបង្ហាញពីអត្ថន័យខុសគ្នាដែរ។

ក្រោយពេលរៀនចប់ មិត្តភក្តិបានបែកផ្លូវគ្នារកការងារធ្វើរៀងខ្លួន លុះក្រោយមក គេមានឱកាសបានជួបគ្នាសាជាថ្មី។

ម្នាក់ៗសំណេះសំណាលសាកសួរគ្នាថា...

"ឯងធ្វើការអ្វី?" - "បានប្រាក់ខែប៉ុន្មាន?"

"មានសង្សារហើយឬនៅ?"...

នោះគឺជាសំណួរធម្មតាសម្រាប់មិត្តភក្តិ។ តែបើគេណែនាំនារីម្នាក់ឲ្យស្គាល់យុវជនម្នាក់ ហើយពេលនោះ នាងបានសួរដូចគ្នានេះដែរ...

"អ្នកធ្វើការអ្វី?" - "បានប្រាក់ខែប៉ុន្មាន?"???

សំណួរទាំងនេះ គឺពិតជាពុំមែនរឿងធម្មតាដូចករណីខាងលើទេ។ ខ្ញុំជឿថា រឿងនេះ លោកអ្នកប្រាកដជាអាចកាត់យល់បានដោយខ្លួនឯង។

ករណីខ្លះទៀត នៅពេលភាគីម្ខាងទៀតកំពុងយកចិត្តទុកដាក់ចាប់អារម្មណ៍នឹងអ្វីមួយ ពេលនោះ គេមិនទាន់ចង់ខ្វល់ពីរឿងអ្វីផ្សេងឡើយ។ ឧទាហរណ៍ ពេលគេកំពុងមើលទូរទស្សន៍តាមដានពីរឿងនយោបាយ យើងបែរជាទៅសាកសួរពីរឿងកីឡា ឬពេលគេកំពុងមានវិបត្តិសេដ្ឋកិច្ចដុនដាបចង់នៅម្នាក់ឯង យកល្អ អ្នកមិនបាច់សួរអ្វីទាំងអស់ ប្រសើរជាង។

៣. ត្រូវសួរឱ្យបានច្បាស់ កុំស្រពេចស្រពិល ៖

ការសួរសំណួរដែលទូលំទូលាយពេក អាចធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតមានភាពស្រពេចស្រពិល មិនច្បាស់លាស់ ធ្វើឲ្យពិបាកឆ្លើយ។ សំណួរដែលច្បាស់លាស់នឹងធ្វើឲ្យគេងាយស្រួលក្នុងការគិតឆ្លើយ និងជួយឲ្យយើងទទួលចម្លើយសមតាមបំណងរបស់យើង។

៤. សាកសួរទៅតាមលំដាប់ ៖

ប្រសិនបើយើងត្រូវការសួរស្រាវជ្រាវរកចំណុចសំខាន់ណាមួយ អ្នកត្រូវសួរសំណួរងាយៗជាមុន ហើយទើបសួរប្រដេញជាបន្តបន្ទាប់ ពីរាក់ទៅជ្រៅបន្តិចម្ដងៗ យោងពីហេតុមួយ ទៅហេតុមួយ ដែលជួយឲ្យគូភាគីងាយស្រួលក្នុងការឆ្លើយ ឯយើងអ្នកសួរក៏ចាប់យល់ពីចម្លើយរបស់គេផងដែរ ហើយជួយឲ្យការសរុបសេចក្ដីរបស់យើង បានទទួលលទ្ធផលល្អប្រសើរ មិនមែនចាប់ផ្ដើមសួរ ក៏សួររឿងទាំងដុលតែម្ដងនោះឡើយ។

៥. ត្រូវចេះកែច្នៃសំណួរ គ្រប់គ្រងការសន្ទនា ៖

ការសួរសំណួរ មិនមែនសំដៅទៅលើការប្រើវោហារប៉ុណ្ណោះទេ វាទាក់ទងនឹងប្រព័ន្ធនៃការគិតរបស់មនុស្សម្នាក់ៗផងដែរ។ ក្រោយពីបានសួររឿងមួយហើយ យើងត្រូវស្ដាប់ចម្លើយរបស់គេ រួមទាំងចំណុចលម្អិតផ្សេងៗ

ឲ្យបានល្អ។ ខួរក្បាលរបស់យើងត្រូវដើរជានិច្ច សរុបសេចក្ដីរបស់ចម្លើយនីមួយៗ ហើយត្រៀមសួរសំណួរថ្មីៗ ចម្ងល់ថ្មីៗ ដើម្បីរកឲ្យឃើញការពិត។

ក្រៅពីនេះទៀត យើងត្រូវសង្កេតទៅលើទំនោរនៃការឆ្លើយរបស់ភាគីអ្នកឆ្លើយ ប្រសិនបើគេព្យាយាមបិទបាំងអ្វីម្យ៉ាងៗ យើងត្រូវប្រញាប់កាត់បង្វែរគេមកវិញ ដែលអាចធ្វើឲ្យគេស្ទាក់ស្ទើរឬតានតឹងខ្លះៗ។ ស្ថានការណ៍បែបនេះ អាចជំរុញឲ្យគេនិយាយនូវអ្វីដែលយើងកំពុងចង់ដឹងនោះឯង។

៦. ត្រៀមទម្រង់ផ្សេងៗក្នុងការសួរ ៖

សំណួរតែមួយ តែយើងអាចសួរទៅតាមវិធីច្រើនយ៉ាង ៖

សួរដោយត្រង់ ៖ នេះជាវិធីសួរដែលយើងដឹងជាទូទៅគឺ បើចង់ដឹងពីរឿងអ្វី ក៏សួរពីរឿងនោះត្រង់ៗតែម្ដងទៅ។

សួរបញ្ឆោស ៖ ជាការដាក់សំណួរផ្ទុយ តម្រូវឲ្យគេឆ្លើយ។
ឧទាហរណ៍ ឯងមិនព្រមទៅប្រជុំមែនឬ?

សួរបែបក្បៀងបញ្ចូល ៖ សួររឿងផ្សេងៗ ហើយទាញទៅរករឿងដែលយើងត្រូវការចង់ដឹង។ ឧទាហរណ៍ ៖

- "ឡានរបស់ឯងមានអ្នកជិះប៉ុន្មាននាក់?"... "មានគ្នាបីនាក់"
- "នៅទូលាយដែរមែនទេ?"... "នៅទូលាយ"
- "អញ្ចឹងខ្ញុំសុំផ្ញើម្នាក់ផងបានទេ?"។

សួរបែបឧបមា ៖ សន្មតរឿងមួយឡើង ដើម្បីឲ្យភាគីម្ខាងទៀតគេគិតរួចហើយឲ្យគេរកចម្លើយ។

ឧទាហរណ៍ កាសែតបានចុះផ្សាយពីរឿងឃាតកម្មមួយ ដែលកើតឡើងដោយសារតែការប្រចណ្ឌ។ តើអ្នកយល់ឃើញថា ឃាតកម្មបែបនេះ វាជាការសមគួរនឹងប្រព្រឹត្តដែរឬទេ?

សួរដេញដោល : សួររឿងមួយប្រដេញមករឿងមួយទៀតជាបន្តបន្ទាប់ រហូតដល់បានចម្លើយចុងក្រោយ។

ឧទាហរណ៍កាលពីថ្ងៃទី១៥ ម៉ោង៩ព្រឹក អ្នកនៅទីណា? ធ្វើអ្វី? ហើយបន្ទាប់មក អ្នកទៅណាទៀត? ធ្វើអ្វីខ្លះ? ហើយបន្ទាប់មកទៀត?

លោកអ្នកត្រូវដឹងថា ក្នុងដំណាក់កាលដំបូងៗ មិនមែនអ្នកណាក៏ចេះតែត្រេកអរនឹងឆ្លើយត្រង់ៗនោះទេ។ កាលបើសួរត្រង់ៗ ភ្លាមៗ យើងអាចនឹងមិនបានចម្លើយតាមដែលខ្លួនប្រាថ្នានោះដែរ។ ភាគច្រើនយើងតែងតែជួបនឹងពាក្យបដិសេធន៍ដូចជា

"ខ្ញុំមិនសូវដឹងដែរ" "ខ្ញុំមិនមានយោបល់អ្វីទេ"...

ហេតុនេះ អ្នកគួរត្រៀមសំណួរឲ្យបានច្រើនបែប បើសិនជាគេអះអាងថាគេគ្មានពាក្យអ្វីនិយាយទេ យើងអាចធ្វើពើជាយល់ច្រឡំពីឥរិយាបថរបស់គេសិន ហើយងាកមករកវិធីផ្សេងៗទៀត រហូតទាល់តែគេទើសទាល់ក្នុងចិត្ត ទ្រាំមិនបាន ដូចជាករណីរឿងសព្វសិទ្ធិ ដែលខំនិយាយពីនេះពីនោះ រហូតដល់ព្រះនាងសុវណ្ណកេសរទ្រាំមិនបាន ក៏ប្រឹងឆ្លើយតបឲ្យបានធួរពោះ។ ទីបំផុត នាងក៏ចាញ់ល្បិចកលរបស់សព្វសិទ្ធិក្នុងពេលនោះទៅ។

៧. ការចេះប្រើពាក្យពេចន៍ឲ្យបានសមរម្យ :

សំណួរតែមួយ តែបើប្រើពាក្យពេចន៍ខុសគ្នា វាអាចឲ្យលទ្ធផលខុសគ្នាបានដែរ។ ឧទាហរណ៍

"និយាយបែបនេះ តើលោកអាងលើហេតុផលអ្វី?"

ប្រយោគនេះ អាចនឹងធ្វើឲ្យអ្នកឆ្លើយគេមិនសូវសប្បាយចិត្ត។

តែបើយើងប្តូរប្រយោគមកជា

"ក្នុងរឿងនេះ តើលោកមានយោបល់យ៉ាងណាខ្លះ?"

ប្រយោគបែបនេះ ជួយឲ្យការសន្ទនាមិនសូវមានបញ្ហា។

ដើម្បីឲ្យដំណើរការសន្ទនាប្រព្រឹត្តទៅល្អ អ្នកត្រូវជៀសវាងការប្រើពាក្យពេចន៍ណាដែលនាំឲ្យភាគីម្ខាងទៀតគេយល់ច្រឡំ ទៅជាការបំបាក់មុខមាត់ ឬទៅជាការផ្ដាញ់ផ្ដាល។ ហេតុនេះ អ្នកត្រូវចេះចម្រាញ់យកពាក្យពេចន៍បែបណាមកប្រើ ដែលសមគួរឲ្យគេទទួលយកបាន។

៨.ហ្វឹកហាត់លើកដាក់សំឡេងឱ្យទៅតាមធម្មជាតិ រក្សាភាពជាមិត្ត ៖

ចាស់បុរាណយើង បានលើកពីគុណវិបត្តិក្នុងការនិយាយច្រើនបែបច្រើនយ៉ាងណាស់ ដូចជា

“សម្ដីដូចផ្លែល្វា” “មាយាដកខ្ញី”

“ខ្លួនតូចសម្ដីខ្លាំង ក្បាលប៉ុនផ្លែក្រសាំង សម្ដីលក់អាចម៍”...។

ហេតុនេះ អ្នកត្រូវហ្វឹកហាត់ទម្លាប់ខ្លួនក្នុងការសួរឬនិយាយ ទោះបីជាមនុស្សប្រភេទណាក៏ដោយ អ្នកគួរព្យាយាមសាកសួរទៅតាមសម្រួល ទៅតាមធម្មជាតិ បង្កបរិយាកាសរីករាយមនោរម្យ បង្កបរិយាកាសជាមិត្ត មិនតានតឹង មិនបង្ខំ មិនមែនជាការសួរចម្លើយក្នុងតុលាការជាដាច់ខាត។ បើពុំដូច្នោះទេ វាមុខជាមានការប៉ះពាល់អារម្មណ៍ ផ្លូវចិត្តរបស់គូភាគី និងធ្វើឲ្យទំនាក់ទំនងសម្ពន្ធមេត្រីរវាងគ្នាត្រូវប្រេះស្រាំ។ ការសាកសួររបស់អ្នកក៏នឹងទទួលបរាជ័យទៅតាមនោះដែរ។

☞ *ចេះវិធីសួរ បានគាប់បានគួរ បានមិត្តមេត្រី*
បើសួរខុសក្បួន ឥតបានការអ្វី កើតរឿងកើតក្ដី ងាយទៅពិបាក។
សួរមានបែបបទ រៀនសូត្រហ្វឹកហាត់ ខុសត្រូវជ្រៅរាក់
សួរបានប្រយោជន៍ បានដឹងរឿងជាក់ មិនកករល្អក់ ទើបហៅចេះសួរ។

មនុស្សចូលចិត្តទាមទារសេរីភាពក្នុងការនិយាយ
ដើម្បីបិទបាំងសេរីភាពនៃការគិត
ដែលពួកគេចូលចិត្តគេចវាង។

People demand freedom of speech to make up
for the freedom of thought which they avoid.

សូរេន អាប៊ី កៀគីហ្គាដ – Soren Aabye Kierkegaard

☆☆☆

មនុស្សឆ្លាតត្រូវចេះធ្វើល្ងង់។
ក្នុងកាលៈទេសៈខ្លះ
បើអ្នកមិនចេះធ្វើល្ងង់ទេ តែបែរជាចង់ធ្វើឆ្លាតវហូត
បានន័យថា អ្នកជាមនុស្សល្ងង់ចំតួតែម្តង។

✮ ✮ ✮

២៥

អ្នកឆ្លាតធ្វើល្ងង់

« អ្នកល្ងង់តែងចង់ធ្វើឆ្លាត ឯអ្នកឆ្លាតចូលចិត្តធ្វើល្ងង់ »

✍... ក្នុងជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ អ្នកខ្លះយើងមើលពីក្រៅទៅហាក់ដូចជាមិនសូវឆ្លាត តែគេអាចយកឈ្នះ ឬយកចំណេញពីមនុស្សឆ្លាតបានជាប្រចាំ។ គេនោះហើយ គឺមនុស្សឆ្លាតពិតប្រាកដ។

ក្នុងការរកស៊ីលក់ដូរ អ្នកធ្វើឆ្លាត តែងប្រើវិធីប្រិតប្រៀង កិបកេងខ្លាចគេបានចំណេញពីខ្លួន យូរៗទៅ មនុស្សនាំគ្នាគេចអស់ តើព្រោះអ្វី?

“ព្រោះគាត់ឆ្លាតពេក ចង់បានតែម្នាក់ឯង”

ចំណែកអ្នកខ្លះទៀត គេសុខចិត្តធ្វើមិនដឹងមិនឮ ទុកឲ្យអ្នកដទៃគេបានចំណេញខ្លះ បើខ្លួនបានចំណេញខ្លះដែរហើយ យូរៗទៅ មានមនុស្សមកទាក់ទងរកស៊ីជាមួយកាន់តែច្រើន **“ព្រោះគាត់ចេះធ្វើល្ងង់”** នោះឯង។

ក្នុងពេលកំពុងសន្ទនារឿងអ្វីមួយ គូភាគីម្ខាងទៀតគេមានចេតនារៀបរាប់ពីហេតុការណ៍ដែលយើងដឹងច្បាស់រួចមកហើយ ហើយគេនោះជាអ្នកដែលមិនសូវមានភាពជិតស្និទ្ធជាមួយយើង។ បើសិនជាយើងប្រាប់គេថា

"មិនបាច់រៀបរាប់ទៀតទេ ខ្ញុំដឹងអស់ហើយ"

តើនិយាយបែបនេះ វាជាការសមរម្យដែរឬទេ?

ក្នុងករណីនេះយើងគួរតែ "ធ្វើល្ងង់" ទុកឱកាសឲ្យគេអធិប្បាយឲ្យបានចប់ចុងចប់ដើម ដើម្បីឲ្យយើងអាចស្វែងយល់ពីគោលបំណងរបស់គេ។

ក្នុងការសន្ទនាជាមួយក្មេងៗ យើងចាំបាច់ត្រូវគ្រវាត់ចោលការចេះដឹងខ្ពស់ៗ ងាកមកនិយាយតាមវិធីរបស់ក្មេង នោះទើបក្មេងអាចភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងយើងបាន។

ក្នុងការសន្ទនាជាមួយអ្នកស្រែអ្នកចម្ការ ឬអ្នកដែលមានកម្រិតការយល់ដឹងនៅទាប យើងត្រូវតែទទួលស្គាល់នូវកំហុសពាក្យបច្ចេកទេសខ្លះដែលអាចនឹងកើតមានឡើង ដោយមិនចាំបាច់ប្រកែកប្រកាន់ ឬទាស់អញ្ចេះ ទាស់អញ្ចុះច្រើនពេកទេ។ នេះគឺការ "ធ្វើល្ងង់" នោះឯង។

ក្នុងការសន្ទនាជាមួយអ្នកមួយចំនួន ដែលចូលចិត្តអួតពីអំណាច ឬចូលចិត្តប្រើសម្ដីគ្រោតគ្រាត ខ្វះហេតុផល តើអ្នកគួរតែចូលខ្លួនទៅជជែកវែកញែករកហេតុផល តាំងខ្លួនជាមនុស្សឆ្លាតក្នុងពេលនោះដែរឬទេ???

ក្នុងការជជែកតថ្លៃទំនិញ បើហាងមួយលក់ថ្លៃ អ្នកមិនចាំបាច់ទៅនិយាយថា"ហាងផ្សេងគេលក់ថោកជាង"ធ្វើអ្វី អ្នកទៅទិញនៅហាងដែលលក់ថោកនោះតែម្ដងទៅវាមិនស្រួលជាងឬ? ចាំបាច់ទៅដួញផ្ដាល់តវ៉ានាំឲ្យស្មុគស្មាញធ្វើអ្វី?

អ្នកឆ្លាតត្រូវចេះ "ធ្វើល្ងង់" ដើម្បីបត់បែនទៅតាមកាលៈទេសៈ។

មនុស្សដែលគិតថា **"ខ្លួនឯងឆ្លាត"** ច្រើនតែដើរថយក្រោយ។ មូលហេតុសំខាន់ម្យ៉ាងគឺ **"អ្នកឆ្លាត បាត់បង់ឱកាសដោយសារភាពឆ្លាត"** ដោយសារ **"ចំណេះដឹងបន្តិចបន្តួច"** បានលើកគេឲ្យផុតពីភាពសាមញ្ញ។ លុះដល់ពេលចូលរួមសេពគប់ជាមួយមនុស្សក្នុងសង្គម ទើបយើងឃើញថា **"ចំណេះដឹងតែក្នុងក្បួនតម្រាមិនអាចយកមកប្រើក្នុងជីវិតពិតបានឡើយ"** ។

ដំណើរជីវិតនៅលើលោក តែងមានការពឹងពាក់ពំនាក់អាស្រ័យរវាងគ្នានឹងគ្នាទៅវិញទៅមក។ អ្វីដែលយើងចេះ មានមិនច្រើនប៉ុន្មានទេ **"អ្នកដែលមិនឆ្លាត"** មិនស្រឡាញ់ **"កិត្តិយសបែបឡប់ៗ"** គេហ៊ានសុំ ហ៊ានសួរពីអ្នកដទៃដោយមិនចេះខ្មាស ចេះចងមិត្តមេត្រីជាមួយអ្នកដទៃបានយ៉ាងល្អប្រសើរ។

"មនុស្សឆ្លាត"តែងជាប់ជំពាក់នឹងកិត្តិយសមុខមាត់ មិនព្រមធ្វើល្ងង់ មិនព្រមសួរនាំអ្នកណា(ព្រោះខ្លាចអាប់មុខ) មិនចេះឱនលំទោនដាក់អ្នកតូច។ ដំណើរជីវិតរបស់គេ ច្រើនតែក្លាយទៅជា **"ឧបករណ៍របស់អ្នកធ្វើល្ងង់"** ដោយមិនដឹងខ្លួន។

នៅលើលោកយើងនេះ មានមនុស្សអួតឆ្លាតច្រើនណាស់ ការអ្វីដែលមិនដឹង គេធ្វើដឹង អ្វីដែលមិនទាន់យល់ បែរជាថាយល់ច្បាស់ណាស់ គេតែងយល់ថា "ការសុំមតិយោបល់ពីអ្នកដទៃ ជាការសម្តែងថាខ្លួនមិនចេះ និងជារឿងគួរឲ្យអាម៉ាស់"។ ដោយសារតែនៅមានមនុស្សប្រភេទនេះច្រើនដូច្នោះហើយ ទើបមានប្រយោគមួយជាស់តឿនថា

"ស្តាប់គេខ្មាសតែមួយភ្លែត តែបើមិនស្តាប់ ត្រូវខ្មាសមួយជីវិត"។

មនុស្សដែល**"ចេះស្តាប់"**យ៉ាងស្មោះចុងស្មោះដើម ហើយនឹងអ្នកដែល **"មិនចេះស្តាប់"** ឲ្យចប់ចុងចប់ដើម នឹងទទួលលទ្ធផលខុសគ្នាដាច់ស្រឡះ។

ម្យ៉ាងទៀត អ្នកដែលមាននិស្ស័យសាមញ្ញធម្មតាបែប “ធ្វើល្ងង់” តែងធ្វើឲ្យអ្នកដទៃស្រឡាញ់រាប់អាន។ ឯអ្នកមាននិស្ស័យរឹងត្អឹង មានល្បិចអួតឆ្លាត មានតែធ្វើឲ្យអ្នកដទៃស្អប់ខ្ពើម ក្លាយជាមនុស្សដែលគេមិនត្រូវការទៅវិញ។

ជាទូទៅ ក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទង ឬក្នុងការសន្ទនា បើគូភាគីទាំងសងខាងចង់តែនិយាយរឿងៗខ្លួន ឬចង់ធ្វើជាអ្នកឆ្លាតរឿងៗខ្លួន ដោយគ្មានអ្នកណាចេះធ្វើល្ងង់ទេនោះ ការប្រាស្រ័យឬការសន្ទនាប្រាកដជារាំងស្ទះ និងមិនអាចឈានទៅរកគោលដៅរួមបានឡើយ។

ក្នុងពេលខ្លះដែលត្រូវប្រឈមមុខនឹងស្ថានការណ៍តានតឹង ការធ្វើជា “ល្ងីល្ងើ” ឬ “បង្កើតរឿងអស់សំណើច” ក៏អាចបន្ធូរបន្ថយស្ថានការណ៍បានផងដែរ។

✍... អតីតសិស្សមួយក្រុម បាននាំគ្នាទៅលេងផ្ទះលោកគ្រូដែលបែកគ្នាជាច្រើនឆ្នាំមកហើយ។ គ្រូបានសាកសួរសុខទុក្ខរបស់សិស្សម្តងម្នាក់...

“គ្រូមានចិត្តរីករាយណាស់ដែលបានជួបនឹងពួកឯង”

គ្រូសួរទៅអតីតសិស្សនារីម្នាក់ រួចគាត់ក៏សួរបន្ត

“ប្តីរបស់ឯងសុខសប្បាយដែរឬទេ?”

“សុំទោសចាស! ខ្ញុំមិនទាន់បានរៀបការផងលោកគ្រូ”

សិស្សនារីប្រកែកទាំងអៀនប្រៀនមុខឡើងក្រហម

“អឺ!...អឺ!ៗ គ្រូយល់ហើយ... សង្សារឯងគេមិនទាន់សុំឯងរៀបការនៅឡើយទេ?”

សិស្សទាំងអស់ក៏នាំគ្នាសើចគឹលឡើង។

ក្នុងករណីនេះ លោកគ្រូបានបង្វែរភាពតានតឹងឲ្យប្រែមកជាធូរស្រាលវិញ។ ក្រោយពីដឹងខ្លួនថាបាននិយាយពាក្យ “ល្ងីល្ងើ” គ្រូក៏បានបន្ថែម

ពាក្យ "ល្ងីល្ងើ" មួយទៀត ដែលធ្វើបរិយាកាសឲ្យទៅជារឿងអស់សំណើច និងជួយបន្ធូរបន្ថយភាពតានតឹងរបស់សិស្សនារីនោះផងដែរ។

✍... ពេលប្តីត្រឡប់មកដល់ផ្ទះ ប្រពន្ធយកអាវប្តីទៅព្យួរ ហើយសួរថា
"ថ្ងៃនេះបងឯងផឹកទៀតហើយមែនទេ?"
"អត់ទេ!!!" ប្តីប្រកែក
"ហេតុអីក៏អាវបងឯងធំក្លិនស្រាអញ្ចឹង?"
"វាដូចជាមិនសម ពេលផឹកនោះបងមានបានធ្វើកំពប់ឯណា"???

ជ្រុលជាប្រកែកមិនរួចទៅហើយ លោកប្តីក៏ធ្វើជាល្ងីល្ងើតែម្តងទៅ ព្រោះថា ការធ្វើឲ្យភរិយាអស់សំណើច វាគ្រាន់ជាងក្រកែកឥតបានការ។

☆☆☆

☞ *អ្នកដែលធ្វើចេះគ្រប់រឿង នឹងត្រូវហត់នឿយតែម្នាក់ឯង*
បើអ្នកធ្វើឆ្លាតគ្រប់យ៉ាង អ្នកនឹងកាន់តែល្ងង់
អ្នករកស៊ីដែលចង់ចំណេញតែម្នាក់ឯង នឹងដាច់ម៉ូយ
ចៅហ្វាយដែលតឹងរ៉ឹងពេក កូនចៅនឹងរត់ចោល
កូនចៅដែលចេះដឹងហួសព្រំដែន ចៅហ្វាយនឹងដេញចោល
បើប្រូតែម្នាក់ឯង គេក៏លែងចង់និយាយជាមួយអ្នក
បើយកត្រូវតែម្នាក់ឯង គេនឹងស្អប់អ្នក។
ទាំងនេះ គឺដោយសារការ "មិនចេះធ្វើល្ងង់" នេះឯង។
ការចេះ "ធ្វើល្ងង់" ជាវិធីរបស់មនុស្សឆ្លាត។

ការទម្លាប់និយាយកាត់សម្ដីអ្នកដទៃ
មិនត្រឹមតែជាការបង្ហាញនូវភាពខ្វះសុជីវធម៌ប៉ុណ្ណោះទេ
វាតែងធ្វើឱ្យល្អក់កករដល់ការសន្ទនា
អន់ថយនូវចំណងមេត្រី
និងឈានទៅរកគោលដៅរួមដោយពិបាកបំផុត។

☆ ☆ ☆

២៦

មិនគួរនិយាយជ្រែកឬនិយាយកាត់

« និយាយកាត់ ជាទម្លាប់មិនល្អមួយបែប »

... មានមនុស្សមិនតិចទេ ដែលតែងមានការជឿជាក់មកលើគំនិត ឬការវិនិច្ឆ័យរបស់ខ្លួនឯងជ្រុលហួសហេតុ។ ពេលមានអ្នកណានិយាយរឿងអ្វី ខ្លួនមិនព្រមអត់ទ្រាំស្ដាប់គេឲ្យចប់ចុងចប់ដើមសិនទេ គិតតែរកវិធីជ្រែកសម្ដី ឬនិយាយកាត់ទាំងកណ្ដាលទី។ ប្រការនេះ តែងនាំឲ្យមានការខុសឆ្គងកើតឡើងជាញឹកញាប់និងជាការបង្ហាញនូវទម្លាប់ខ្វះភាពអត់ធ្មត់ក្នុងការសន្ទនា។

កង្វះភាពអត់ធ្មត់និងការស្ដាប់មិនឲ្យចប់ចុងចប់ដើម អាចនឹងធ្វើឲ្យការស្វែងយល់ពីចេតនារបស់ភាគីម្ខាងទៀត ទៅជាងាករេខុសពីការពិត ឬអាចនឹងភាន់ច្រឡំបានដោយងាយ។

ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ការជ្រែកសម្ដីឬការនិយាយកាត់សម្ដីរបស់អ្នកដទៃ គឺជាទង្វើខ្វះសុជីវធម៌មួយបែបដែលយើងគួរតែជៀសវាង។

ជាការពិតណាស់ដែលថា ក្នុងការសន្ទនា បើនៅតែស្ងៀមឈឹង មិនព្រមឆ្លើយតបអ្វីសោះ ក៏មិនអាចហៅថាការសន្ទនាដែរ ដូចជាពេលភាគីម្ខាងទៀតគេនិយាយដល់ចំណុចសំខាន់ ឬនិយាយចប់ហើយ ឯយើងបែរជាវល់តែអង្គុយសម្លឹងមុខគេភ្លឹះៗ មិនព្រមហើបមាត់អ្វីសោះធ្វើឲ្យគូសន្ទនាទៅជាមានការអេល់អែក ឬតានតឹងក្នុងចិត្ត ខ្លាចក្រែងយើងយល់មិនសូវច្បាស់ ទើបគេត្រូវខំអធិប្បាយជាបន្តទៅទៀត។

អ្នកខ្លះ ពេលកំពុងស្តាប់គេនិយាយ អារម្មណ៍មិនដឹងជាអណ្តែតទៅដល់ណាទេ ឯមាត់ចំហធ្វើអេអំៗ ហាក់ដូចជាកំពុងស្តាប់មែនទែនអញ្ចឹង តែលុះដល់ពេលគេនិយាយចប់ ក៏ត្រឡប់ជាសួរគេថា

“សុំទោស!... អ្នកនិយាយថាម៉េច?“

អារម្មណ៍អណ្តែតអណ្តូង... សម្រាប់ខ្លួនយើង គឺជារឿងធម្មតា តែសម្រាប់អ្នកដែលគេនិយាយជាមួយយើង គេនឹងគិតថា យើងខ្វះសុជីវធម៌។

ចំពោះទឹកមុខ កាយវិការ ដែលបង្ហាញពីអារម្មណ៍តបស្នង គឺជារឿងដែលសំខាន់ម្យ៉ាងក្នុងការសន្ទនា។ ពេលកំពុងស្តាប់គេនិយាយ បើភ្នែកផាករេទៅគ្រប់ទិសទី ស្តាប់បែបព្រងើយៗ ឬសួរពាក្យដដែលៗ នោះសុទ្ធតែជារឿងដែលធ្វើឲ្យគូភាគីមានការស្រផាកចិត្ត ឬអាចថយចុះនូវការចាប់អារម្មណ៍ល្អៗជាមួយយើង។

ពេលខ្លះយើងអាចស្តាប់មិនសូវយល់ ដោយសារតែការភ្លេចភ្លាំងមួយរយៈខ្លី។ ក្នុងករណីនេះ សូមអ្នកកុំទាន់សួរកាត់ទាំងកណ្តាលទីនៅពេលដែលគេនិយាយមិនទាន់ចប់ គួររង់ចាំចង្វាក់ឲ្យគេនិយាយបង្គ្រប់ន័យ ឬមួយឲ្យគេនិយាយឲ្យចប់សិនចាំសួរ។ ការសួរទាំងកណ្តាលទី វាអាចនឹងធ្វើឲ្យគេទៅជាទុចង៉ក់ បែកអារម្មណ៍ បាត់បង់សមាធិក្នុងការបញ្ចេញយោបល់។

ការនិយាយ "បដិសេធទាំងកណ្ដាលទី"... ដោយភាគច្រើន សុទ្ធតែជាវិធីដែលខ្វះសុជីវធម៌ ដូចជា...

"អ្នកនិយាយអញ្ចឹងខុសហើយ!..."

"មិនមែនអញ្ចឹងទេ!..."

"ខ្ញុំថាអញ្ចេះវិញ..."

ការនិយាយរបៀបនេះ មានការវគ្គាំគ្គងពីរយ៉ាង

១-មិនទុកពេលឲ្យគេនិយាយចប់

២-បដិសេធគំនិតរបស់គេទាំងមិនដឹងច្បាស់ថា ខ្លួនឯងត្រូវឬខុស ពិតប្រាកដឬយ៉ាងណាទេ ឬមួយគ្រាន់តែមានគំនិតអ្វីបន្ថែមបន្តិចបន្តួច ឬមួយគំនិតខ្លួនឯងខុសទាំងស្រុងក៏មានដែរ។

ប្រការនេះ ស្រួលមិនស្រួល បើអ្នកនិយាយនោះគេមាត់ចៅដែរ គេអាចស៊កមកយើងវិញថា

"បើលោកចេះហើយ ខ្ញុំមិនបាច់និយាយទៀតទេ!" ឬថា

"បើអញ្ចឹង អ្នកអញ្ជើញនិយាយខ្លួនឯងចុះ!" ???

នេះជាការទាញទម្លាក់ទៅរកស្ថានការណ៍តានតឹងនោះឯង។

ក្នុងករណីខាងលើ បើសិនជាអ្នកចង់មានមតិផ្សេងពីគំនិតរបស់គេ និងដើម្បីសម្ដែងពីភាព"មានសុជីវធម៌" និងភាព"មានហេតុផល" អ្នកមិនគួរប្រើពាក្យបដិសេធន៍ "កុំ" ឬ "មិន" ជាដាច់ខាត បើមិនមានអ្វីចាំបាច់ទេ។

តាមន័យក្នុងតក្កវិទ្យា ពាក្យ "កុំ" ឬ "មិន" ជាពាក្យបដិសេធន៍ដាច់ខាត។ បើអ្នកប្រកែក "មិនមែនអញ្ចឹងទេ" បានន័យថា អ្វីដែលគេបាននិយាយនោះវាខុសទាំងស្រុង។ តែចំពោះការសន្ទនា ភាគតិចណាស់ដែលអាចទៅជាការ "ខុសទាំងស្រុង" របៀបនេះ។

ការមានយោបល់ប្លែកៗពីគ្នា
មិនមែនបានន័យថា ទាល់តែមានម្នាក់ខុសម្នាក់ត្រូវនោះទេ
វាអាចត្រូវទាំងពីរឬខុសទាំងពីរ ឬត្រូវបន្តិចៗម្នាក់ផងដែរ។

ហេតុនេះ បើអ្នកចង់មានមតិយោបល់ឬគំនិតអ្វីផ្សេង អ្នកមិនមាន អ្វីចាំបាច់បដិសេធគំនិតរបស់គេទេ អ្នកគ្រាន់តែនិយាយតែម្តងទៅ ដូចជា

"យោបល់របស់អ្នកក៏ល្អម្យ៉ាងដែរ ឯចំពោះខ្ញុំវិញ ខ្ញុំមានគំនិត ឬ មានយោបល់យ៉ាងនេះ យ៉ាងនោះ...តើអ្នកយល់យ៉ាងណាដែរ?"

"អ្នកនិយាយអញ្ចឹងក៏បាន តែខ្ញុំសុំស្នើយ៉ាងនេះ..."

"ខ្ញុំយល់ឃើញថា បើយើងបន្ថែមចំណុចនេះ ឬចំណុចនោះថែម បន្តិចទៀត វានឹងកាន់តែប្រសើរ..."...។ល។

ការនិយាយបែបនេះ វាជួយរក្សាកិត្តិយសគូសន្ទនា មិនបំបាក់គ្នា ជួយរក្សាចំណងមេត្រី និងជួយបណ្តុះទម្លាប់ល្អដល់ខ្លួនយើងទៀតផង។

ពេលចូលរួមក្នុងពិធីជប់លៀងផ្សេងៗ យើងអាចជួបមិត្តភក្តិ ខ្លះគេកំពុងជាប់និយាយជាមួយអ្នកផ្សេងដែលយើងមិនធ្លាប់ស្គាល់ ពេលនោះ យើងមិនគួរទៅចូលរួមជជែកជាមួយគេភ្លាមទេ ព្រោះវាអាចនាំឲ្យរំខានដល់ ការសន្ទនារបស់គេ ធ្វើឲ្យបរិយាកាសទៅជាអាប់អួរទៅវិញ។ វិធីដ៏ល្អបំផុត គឺត្រូវទុកឲ្យគេសន្ទនាចប់ស្រួលបួលសិន ឬមួយទាល់តែមានសញ្ញា"វិជ្ជមាន" ណាមួយពីមិត្តភក្តិជាមុន ទើបជាការល្អ។

☞ ***អ្នកពុំគួរឲ្យការសន្ទនា ក្លាយជាវិធីរបស់ផ្សារត្រីទេ***
ត្រូវចេះស្តាប់ឲ្យចប់ និងចេះនិយាយដោយហេតុផលផ្សេងៗ។

អ្នកពូកែស្តាប់គេ
មិនត្រឹមតែឱ្យអ្នកផងនិយមចូលចិត្តនៅគ្រប់ទិសទីនោះទេ
ក្រៅពីនោះទៀត
គេនឹងបានយល់ដឹងពីអ្វីផ្សេងៗផងដែរ។

A good listener is not only popular everywhere,
but after a while he gets to know something.

វិលសាន់ មីស្ន័រ - Wilson Misner

សុំកុំយល់ច្រឡំអំពីចំណេះវិជ្ជានិងសតិបញ្ញា
ចំណេះវិជ្ជា ជួយឱ្យអ្នកប្រកបរបរចិញ្ចឹមជីវិត
សតិបញ្ញា ជួយឱ្យអ្នកចេះរៀបចំដំណើរជីវិត។

Never mistake knowledge for wisdom.
One helps you make a living;
The other helps you make a life.

សាន់ដ្រា ឃែរី – Sandra Carey

☆☆☆

២៧

ការនិយាយបន្ទន់ចិត្ត

... ក្នុងការសន្ទនានីមួយៗ ការរៀបចំពាក្យសម្ដីដើម្បីចរចា ទោះបីជាវាមានសារៈសំខាន់ក៏ពិតមែន តែការចេះរៀបជាលំដាប់មុនឬក្រោយនៃសាច់រឿងសំខាន់ៗ វានឹងជួយឲ្យដំណើការនៃការសន្ទនាមានភាពរស់រវើកមានថាមពល ប្រទាក់ក្រឡាគ្នា នោះគឺជាប្រការសំខាន់ដែលយើងមិនគួរមើលរំលងឡើយ។

មនុស្សជាច្រើនតែងយល់ច្រឡំថា ឲ្យតែចេះលើកយកហេតុផលម្ដងមួយៗ មកញ៉ុកត្រចៀកគូភាគីទៅ គេមុខជានឹងបានយល់ ហើយទទួលស្គាល់ដោយក្ដីរីករាយជាមិនខាន។ តាមពិតទៅ ការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរវាងគ្នានឹងគ្នា ឬការបញ្ចុះបញ្ចូលឲ្យអ្នកដទៃមករួមសហការជាមួយនឹងយើង វាមិនមែនជារឿងងាយស្រួលដូចបកចេកតាមដែលយើងគិតនោះទេ។ អ្នកត្រូវចេះលើកដាក់ ផ្លាស់ប្ដូរប្រធានបទឲ្យស៊ីសង្វាក់សមស្របទៅតាមទំនោររបស់ភាគីទាំងពីរ ទើបជាការល្អ។

ក្នុងករណីដែលអ្នក ស្មានស្មង់ពីអារម្មណ៍អ្នកស្តាប់ទៅឃើញថា វាហាក់ដូចជាមានការតានតឹងឬមានការមន្ទិលសង្ស័យ អ្នកអាចបង្វែររឿងនោះមួយរយៈ ងាកមកសន្ទនារឿងផ្សេងសិន ដោយចាប់ផ្តើមពីរឿងកំប្លុកកំប្លែងជុំវិញខ្លួនដើម្បី "វាយស្និទ្ធ" កុំឲ្យភាគីម្ខាងទៀត គេរៀបរនាំងការពារនៅក្នុងចិត្តសម្រាប់ទប់ទល់នឹងយើង។ ប្រការនេះ វាអាចជួយឲ្យការចរចាបានលទ្ធផលល្អប្រសើរសឹងតែស្មានមិនដល់ទៀតផង។

បើអ្នកធ្វើមុខមាំដើរសំដៅមករកគេ គេនឹងត្រៀមកណ្តាប់ដៃទប់ទល់ តែបើអ្នកកាន់បាច់ផ្កាសំដៅយកមកឱ្យគេ គេនឹងញញឹមចាំទទួល។

✍... **ដារិទ្ធ** គិតថា តម្លៃឈ្នួលផ្ទះដែលគេកំពុងជួលសព្វថ្ងៃ វាមានតម្លៃខ្ពស់ជ្រុលបន្តិច។ គេចង់ចរចាតថ្លៃនឹងម្ចាស់ផ្ទះ ដើម្បីឲ្យគាត់ព្រមចុះថ្លៃឲ្យខ្លះ តែនៅមុំនោះ គេបានដឹងសុសសាយថា ម្ចាស់ផ្ទះនោះ គឺជាមនុស្សដែល"ពិបាកនិយាយ"ជាទីបំផុត។ គេបានផ្ញើសំបុត្រមួយច្បាប់ទុកឲ្យម្ចាស់ផ្ទះដែលមានន័យថា "គេនឹងឈប់ជួលផ្ទះនោះទៀតហើយនៅពេលចប់កិច្ចសន្យាជួលលើកនេះ" តែតាមពិត ប្រសិនបើម្ចាស់ផ្ទះព្រមចុះថ្លៃឈ្នួលខ្លះៗ គេនឹងជួលបន្តទៅទៀត។ ចៃដន្យពេលនោះជាពេលដែលគេកំពុងសិក្សាវិជ្ជាមួយដែលទាក់ទងនឹងការស្វែងយល់ពីអ្នកដទៃស្រាប់ផង គេក៏មានកូនចិត្តមួយចង់សាកល្បងអំពីយុទ្ធសិល្ប៍ដែលគេបានរៀននោះថា តើវានឹងបានលទ្ធផលល្អដែរឬយ៉ាងណា?

ពេលបានទទួលលិខិត ម្ចាស់ផ្ទះបានមកជួបនឹងគេ គេក៏បានទទួលគាត់ដោយរាក់ទាក់បំផុត។ ដំបូងៗ គេពុំទាន់និយាយអំពីតម្លៃឈ្នួលអ្វីឡើយ គេគ្រាន់តែនិយាយលើកសរសើរថា ផ្ទះនេះវាមានគុណសម្បត្តិល្អយ៉ាងនេះល្អយ៉ាងនោះ ធ្វើឲ្យម្ចាស់ផ្ទះជឿថា គេបាននិយាយចេញពីក្នុងចិត្តពិតប្រាកដ និងសរសើរពីវិធីគ្រប់គ្រងដ៏ល្អរបស់ម្ចាស់ផ្ទះ ព្រមទាំងនិយាយបន្ថែមថា

“តាមការពិត ខ្ញុំចង់ជួលផ្ទះនេះបន្តរហូតដល់មួយឆ្នាំទៀត តែបញ្ហារបស់ខ្ញុំគឺ ខ្ញុំមិនអាចរត់រួចនឹងតម្លៃឈ្នួលដ៏ថ្លៃបែបនេះទេ!”។

ម្ចាស់ផ្ទះបញ្ចេញអាការៈម្យ៉ាងដែលថា វាហាក់ដូចជាមិនដែលមានអ្នកជួលផ្ទះណានិយាយបែបនេះដាក់គាត់ទាល់តែសោះ។ គាត់សម្តែងនូវការអាក់អួលក្នុងចិត្តរកនិយាយអ្វីមិនចេញ មួយសន្ទុះក្រោយមក គាត់ក៏បានរៀបរាប់ប្រាប់ថា ពីមុន មានអ្នកជួលផ្ទះម្នាក់ទុកសំបុត្រឲ្យគាត់ជាង៨បច្បាប់ សំបុត្រនីមួយៗសុទ្ធតែប្រកបដោយពាក្យអសុរស ឯអ្នកខ្លះទៀត និយាយទាំងកម្រោលបួនជ្រុងថា បើមិនអាចឃាត់អ្នកនៅបន្ទប់ជិតនោះកុំឲ្យឡូឡាបានទេ គេនឹងហែកកិច្ចសន្យាចោលភ្លាម។ គាត់ពោលទៅកាន់ដាវិទ្ធជាបន្តទៀតថា “បើអ្នកជួលផ្ទះចេះនិយាយល្អរបៀបដូចប្អូនឯងនេះ វាធ្វើឲ្យខ្ញុំហាក់ដូចជាបានស្រួលអារម្មណ៍ច្រើន” បន្ទាប់ពីបាននោះបន្តិច គាត់ក៏ព្រមបញ្ចុះថ្លៃឈ្នួលផ្ទះឲ្យ តែដាវិទ្ធបានស្នើបន្ត “គួរតែចុះឲ្យខ្ញុំបន្តិចទៀតទៅ” ហើយគេក៏ប្រាប់ពីតម្លៃជាក់លាក់មួយ ម្ចាស់ផ្ទះក៏ព្រមតាមដោយមិនប្រកែក។ មុននឹងចាកចេញទៅ គាត់បានសួរបន្ថែមថា...

“តើមានអ្វីនៅក្នុងផ្ទះត្រូវជួសជុលខ្លះទេ?”

ក្នុងករណីដូចខាងលើ បើដាវិទ្ធប្រើតាមវិធីដូចដែលអ្នកដទៃខ្លះធ្វើ គេប្រាកដជាមិនអាចឈានដល់ការស្រុះស្រួលបែបនេះឡើយ។

ការបន្ទន់ចិត្ត វាអាស្រ័យលើការបង្ហាញភាពជាមិត្ត ការយល់ចិត្ត ព្រមទាំងការសរសើរនោះឯង។

☆ ☆ ☆

✍...រឿងពិតមួយនៅរដូវចម្រូតឆ្នាំ១៩៨១...

ក្រោយពេលដែលកងទ័ពវៀតណាមវាយដេញក្រុមឃាតករ ប៉ុលពត ចេញអស់ពីទីក្រុងហើយ(១៩៧៩) ប្រជាជនខ្មែរយើងបែកផ្លូវគ្នាដើម្បីរករស់រៀងៗខ្លួន។ ខ្លះវិលត្រឡប់ទៅស្រុកកំណើតធ្វើស្រែចម្ការ ខ្លះរកស៊ីលក់ដូរនៅតាមផ្សារ ខ្លះស្ម័គ្រចិត្តបម្រើការរដ្ឋការ ខ្លះកាន់កាំភ្លើងធ្វើស្វាយត្រាណការពារភូមិឃុំ ឯមួយចំនួនទៀតក៏ចេញទៅរកស៊ីដួញដូរនៅតាមព្រំដែន ឬអ្នកខ្លះទៀត ក៏ស្ម័គ្រចិត្តចូលធ្វើជាទាហានប៉ារ៉ានៅតាមជំរំផ្សេងៗអញ្ជឹងទៅ។

ខ្ញុំមិនចូលចិត្តកាន់កាំភ្លើងទេ មួយជីវិតនេះ ខ្ញុំធ្លាប់បាញ់កាំភ្លើងM16 ដោយបាញ់ទៅលើតែមួយគ្រាប់គត់ កាលពីឆ្នាំ១៩៧៥ ប៉ុន្តែត្រចៀកនិងសតិរបស់ខ្ញុំ វាស៊ាំនឹងស្នូរកាំភ្លើង គ្រាប់ផ្លោង ស្នូផ្ទុះមីន តាំងពីជំនាន់សង្គ្រាមរវាងខ្មែរក្រហមនឹងទ័ពលោកលន់នល់មកម្ល៉េះ។ ហេតុនេះហើយ ទើបខ្ញុំអាចទ្រាំរស់នៅ និងចេញចូលរកស៊ីតាមព្រំដែនខ្មែរថៃ ដែលជាមុខរបរមួយបែបត្រូវយកជីវិតទៅប្តូរជាមួយនឹងគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗដូចជា ចោរថៃឬទាហានថៃប្លន់ឬសម្លាប់ និងព្រមជាមួយគ្នានេះ ចោរខ្មែរឬទាហានខ្មែរខ្លះ ក៏មានប្លន់សម្លាប់ដូចគ្នា ហើយម្យ៉ាងទៀត ដំណើរពីស្វាយស៊ីសុផុនទៅជំរំ ក៏ត្រូវឆ្លងកាត់ឧបសគ្គផ្សេងៗរាប់មិនអស់ ព្រមទាំងគ្រាប់មីនផងដែរ។

ការរកស៊ីតាមព្រំដែន មានវិធីផ្សេងៗពីគ្នា។ ខ្ញុំនិងមិត្តភក្តិមួយក្រុមដែលជាអ្នកភូមិ និងធ្លាប់រស់នៅជាកងចល័តជាមួយគ្នា បានចេញចូលរកស៊ី និងផ្លាស់ប្តូរវិធីរកស៊ីទៅតាមកាលៈទេសៈ។ ជួនកាលក៏នៅទិញលក់តាមព្រំដែន ហើយជួនកាលក៏ដឹកទំនិញយកមកលក់ត្រឹមស្វាយ បាត់ដំបង និងភ្នំពេញ ឬមានពេលខ្លះធ្លាយទៅដល់ស្រុកតាំងចូវប្រទេសវៀតណាមក៏មាន។

តែអ្វីៗវាមិនមែនចេះតែមានភាពរលូនជារៀងរហូតទេ។ ការស្ពាក់ប្លន់នៅតាមផ្លូវចេះតែមានសភាពកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរទៅ ខ្ញុំផ្អាកការរកស៊ីប្រថុយ

នឹងគ្រោះថ្នាក់មួយរយៈ និងបានមកចូលរួមក្នុងក្រុមតន្ត្រីក្រសួងឧស្សាហកម្ម ជាមួយពូខ្ញុំម្នាក់ជាអ្នកចម្រៀងដើងចាស់ ឈ្មោះ ថាច់ សូលី នៅភ្នំពេញ។

ខ្ញុំលែងព្រួយរួសរាន់រកាំភ្លើង ឬការសម្ងួតគម្រាមនៅតាមផ្លូវទៀតហើយ តែខ្ញុំជាមនុស្សដែលធ្លាប់ចាយលុយ ការសំងំធ្វើជាតន្ត្រីករ ត្រូវបេះលុយចាយបន្តិចម្ដងៗដោយមិនបានរកអ្វីចូល និងម្យ៉ាងទៀតខ្ញុំចាំបាច់ត្រូវតែគិតគូរផ្គត់ផ្គង់ដល់ម្ដាយរបស់ខ្ញុំនៅឯស្រុក ជាប្រចាំផងដែរ។ ខ្ញុំមានការព្រួយបារម្ភពីជោគជតារបស់ខ្លួន ព្រមទាំងបានដំណឹងអកុសលពីព្រំដែនមកថា បងប្រុសរបស់ខ្ញុំ ឈ្មោះពឿន ត្រូវចោរថៃប្លន់សម្លាប់ ដោយសារតែបារីមួយកេស។

ខ្ញុំសម្រេចចិត្តទៅព្រំដែនម្ដងទៀត ដើម្បីស៊ើបឲ្យដឹងការពិតអំពីរឿងឃាតកម្មលើបងប្រុសខ្ញុំ និងដើម្បីមើលស្ថានភាពរកស៊ី ក្រែងលោវាអាចធូរស្រាលមកវិញ។ ម៉ូយចាស់របស់ខ្ញុំម្នាក់ ជាជនជាតិថៃឈ្មោះ តាស៊ូត នៅភូមិដូនលុម បានឲ្យខ្ញុំទៅស្នាក់នៅផ្ទះគាត់។ ឯមិត្តភក្តិខ្ញុំផ្សេងទៀត គេសុទ្ធតែមានម៉ែធម៌ បងធម៌ ដែលរកស៊ីជាមួយគ្នា ឲ្យស្នាក់នៅតាមផ្ទះរៀងៗខ្លួន។ ខ្ញុំបានព័ត៌មានខ្លះៗអំពីរឿងបងប្រុសរបស់ខ្ញុំ តែខ្ញុំនៅមិនទាន់រកឃើញកន្លែងកប់សពរបស់គាត់នៅឡើយទេ។

ព្រលឹមថ្ងៃមួយ ខ្ញុំឃើញទាហានថៃជិះឡានហ្ស៊ីប ក្រវែលក្បែរភូមិ។ ខ្ញុំគិតនឹងចូលទៅពួនសំងំក្នុងផ្ទះតាស៊ូត តែខ្ញុំបារម្ភពីមិត្តភក្តិ ក្រែងវាមិនដឹង ទើបស្ទុះរត់សំដៅមករកមិត្តភក្តិទាំងនោះ ដើម្បីប្រាប់វាឲ្យបានដឹងទាន់ពេល ក្រែងលោទាហានថៃវាមកចាប់។ ចៃដន្យ ពួកនោះកំពុងវាតវង់លេងបៀនៅឯជាយភូមិ។ គ្រាន់តែរត់មកដល់ពួកវា អាឡានហ្ស៊ីបទាហានថៃក៏មកដល់ឈឺបពីក្រោយល្មម។ ពួកមិត្តភក្តិទាំងនោះវាស្គាល់កន្ទុកកន្ទៀតជាងខ្ញុំ វារត់រួចទាំងអស់។ ឯខ្ញុំវិញរត់កាត់ស្រែដែលសុទ្ធតែកញ្ច្រាំង ហើយមានដឹងអីថា កណ្ដាលស្រែវាមានទឹក? ទាហានថៃ ពេលដេញអ្នកដទៃមិនទាន់ ពួកវាក៏សម្រុកព័ទ្ធតម្រង់មកខ្ញុំតែម្នាក់។

ខ្ញុំត្រូវទាហានថៃចាប់ចងដៃនិងចងមុខ ដាក់ឡានយកទៅបន្ទាយរបស់វាជាមួយនឹងខ្មែរពីរនាក់ទៀតដែលវាចាប់បានពីកន្លែងផ្សេង។ ទាហានទាំងនោះឆែកខ្លួនខ្ញុំឃើញលុយតែ ២០បាត គត់ ព្រោះខ្ញុំមិនដែលទុកលុយជាប់នៅនឹងខ្លួនទេ បើមិនផ្ញើនៅនឹងតាស៊ូត ក៏ខ្ញុំលាក់កប់ទុកក្នុងដីនៅកន្លែងណាមួយដែរ។

គេសួរខ្ញុំជាភាសាថៃថា

"ឯងជាអ្នកលេងល្បែងមែនទេ?"

"ខ្ញុំមិនបានលេងល្បែងទេ" ខ្ញុំប្រកែក។ តែពួកគេចោទសន្ធាប់

"ចាប់បាននៅនឹងកន្លែងល្បែងហើយ ថាមិនបានលេងទៀត!"

កាលនោះខ្ញុំនិយាយភាសាថៃចម្រុះនិងភាសាលាវ បានមួយម៉ាត់ៗ មិនអាចរកឃ្លានិយាយបកស្រាយឲ្យបានច្បាស់លាស់នៅឡើយ។ ជួនកាលបានត្រឹមតែគ្រវីក្បាលប៉ុណ្ណោះ។

ខ្ញុំមិនបានឃើញមុខមេបញ្ជាការនោះយ៉ាងណាទេ ឮតែសូរសំឡេងវានិយាយថា "អែនីយុនតាយ" (អាមួយនេះត្រូវសម្លាប់ចោល) ហើយក៏ឮសំឡេងឡានហ្ស៊ីបវាបើកចេញទៅ។ **ខ្ញុំទទួលអារម្មណ៍ថា ហេតុអ្វីក៏ខ្ញុំត្រូវចប់ជីវិតដោយសារតែអំពើល្អដូច្នេះ? លោកនេះអីក៏អយុត្តិធម៌ម្ល៉េះ?**

ខ្មែរពីរនាក់ទៀតដែលត្រូវចាប់មកជាមួយគ្នា គេចាត់ទុកថាមានទោសស្រាល ខ្ញុំមិនដឹងថាគេយកទៅដាក់ទីណាទេ ព្រោះគេចងមុខខ្ញុំជិតមិនបើកសោះឡើយ។ គេដាក់ខ្នោះដៃខ្ញុំផ្អោបជាប់នឹងសសរគ្រាក់វែងមួយដើមប្រវែងប្រមាណជាងពីរម៉ែត្រ ផ្តេកខ្ញុំទៅលើវាលខ្សាច់ក្នុងបន្ទាយទាហាននៅជាយភូមិគោកស៊ូង។ ផ្តេកខ្ញុំកណ្តាលវាលរួចហើយ មានអាម្នាក់វាយកជើងមកកៀសក្បាលខ្ញុំតិចៗ ហើយនិយាយថា

"បន្តិចទៀត គេនឹងបញ្ជូនឯងទៅជំរំ០០៨ហើយ" (០០៨=ជំរំមរណ:)

ចាប់ពីប្រមាណម៉ោង៩ រហូតដល់ថ្ងៃត្រង់ ខ្សាច់កាន់តែក្តៅឡើងៗ

តែខ្ញុំមិនចាប់អារម្មណ៍ពីរឿងក្តៅ មិនមាននឹកឃើញស្រែកទឹកឬឃ្លានអ្វីឡើយ ខ្ញុំនឹកឃើញតែពីរយ៉ាង ទី១ ខ្ញុំបន់ស្រន់ដល់ទេវតា ឲ្យមើលឃើញពីអំពើល្អរបស់ខ្ញុំចំពោះអ្នកមានគុណ ទី២ ខ្ញុំរកនឹកពាក្យនិយាយជាភាសាថៃ ដើម្បី **បំផុសនូវអត្ថន័យបែបណាខ្លះ ដែលអាចជួយបន្ទន់ចិត្តពួកគេ** ឲ្យគេព្រមស្តាប់ការបកស្រាយពីភាពបរិសុទ្ធរបស់ខ្ញុំ។ ថ្វីត្បិតតែខ្ញុំមានសេចក្តីតក់ស្លុតនឹងជតាជីវិតរបស់ខ្លួនដែលត្រូវទៅនៅជំរំ០០៨ តែខ្ញុំមិនចុះចាញ់ទេ ខ្ញុំត្រូវតែបញ្ចេញឲ្យអស់ពីសមត្ថភាព មុននឹងដល់ដំណាក់កាលដង្ហើមចុងក្រោយ។

អារម្មណ៍កំពុងតែលង់ក្នុងការគិត ខ្ញុំឮសូរសម្រិបជើងពួកគេម្នាក់ដើរមកក្បែរ ហើយនិយាយជាភាសាថៃថា

"កែ ក្លូតាយម៉ៃ?" មានន័យថា "ឯងខ្លាចស្លាប់ដែរឬទេ?"

ខ្ញុំមិនឆ្លើយនឹងសំណួរនេះទេ ខ្ញុំប្រកបពាក្យមួយម៉ាត់ៗប្រាប់ទៅគេថា **"ជីវិតខ្ញុំជួបតែសង្គ្រាម និងក្តីលំបាកជាច្រើនឆ្នាំមកហើយ ខ្ញុំចង់ឃើញប្រទេសខ្ញុំមានសេចក្តីសុខសន្តិភាពដូចជាប្រទេសថៃរបស់អ្នកឯង"។**

ពេលខ្ញុំកំពុងសរសេរសៀវភៅនេះ (២០០៩) ខ្ញុំនឹកឆ្ងល់ខ្លួនឯងថាកាលនោះខ្ញុំអាយុ ២៥ឆ្នាំ ហេតុអីក៏ខ្ញុំអាចរកនឹកឃើញប្រយោគមួយដែលជួយស្រោចស្រង់ជីវិតរបស់ខ្លួនឯងឲ្យបានរស់មកដល់ថ្ងៃនេះ?

ទាហានម្នាក់នោះបានហៅគ្នាគេម្នាក់ទៀតមកជិត រួចនិយាយថា

"យើងមិនដែលជួបខ្មែរណាដែលចេះនិយាយដូចអាម្នាក់នេះទេ"

គ្នាវាក៏សួរថា "វានិយាយថាម៉េច?"

ទាហានម្នាក់ទៀតក៏ឲ្យខ្ញុំនិយាយពាក្យដដែលឡើងវិញ

ខ្ញុំនិយាយសាថ្មីឡើងវិញដោយចងចាំជានិច្ចនូវ **ពាក្យលើកសរសើរ "ខ្ញុំចង់ឃើញប្រទេសខ្ញុំមានសុខសន្តិភាពដូចប្រទេសថៃរបស់អ្នក"**

មិនថាជាពេលនោះ ខ្ញុំមានអារម្មណ៍ពិតប្រាកដជាមួយថៃយ៉ាងណាទេ តែពាក្យលើកសរសើរយ៉ាងសុភាពមួយម៉ាត់នេះ ពិតជាមានអានុភាពក្នុងការបន្ធូរចិត្តពួកគេយ៉ាងនឹកស្មានមិនដល់ និងម្យ៉ាងទៀត វាជាសញ្ញាដែលបង្ហាញថា យើងមានសមត្ថភាពខាងភាសា ក្នុងការឆ្លើយតបនូវអ្វីដែលគេចង់សួរយើង។ ការចេះភាសា ក៏ជាកត្តាចាំបាច់បំផុតក្នុងពេលនោះដែរ។

ពួកគេបានដោះបង្គោលគ្រាក់ចេញ ហើយនាំខ្ញុំទៅអង្គុយក្នុងម្លប់ដើម្បីសាកសួរចម្លើយ។ គេសួរខ្ញុំត្រឡប់ចុះត្រឡប់ឡើង សាចុះសាឡើងអស់រយៈពេលប្រហែលជាងមួយម៉ោង។

ខ្ញុំសុំមិនរៀបរាប់ពីការសួរចម្លើយដែលនាំឲ្យឃ្លាតឆ្ងាយពីប្រធានបទរបស់យើងទេ ឯចំណែកទារុណកម្ម ដែលគេធ្វើមកលើខ្ញុំពេលដែលគេចាប់ខ្ញុំភ្លាមៗនោះ ក៏ខ្ញុំមិនបានរៀបរាប់ដែរ ខ្លាចក្រែងកូនចៅរបស់ខ្ញុំគេអានហើយគេទប់ទឹកភ្នែកពុំបាន។ តែខ្ញុំជឿថា មានលោកអ្នកមួយចំនួនមុខជាធ្លាប់ដឹង។

គ្រាន់តែសុំជម្រាបថា ក្នុងការឆ្លើយសំណួរ ខ្ញុំបានរក្សាប្រវត្តិដើមជាសិស្សសាលា និងជាអ្នករកស៊ីសាមញ្ញធម្មតាម្នាក់ ដែលមានម្ដាយចាស់ជរានៅក្នុងបន្ទុក។

ខ្ញុំបានឆ្លើយផុតពីការចោទប្រកាន់៦ករណី។

ករណីទាំង៦ដែលខ្ញុំគេចផុតពីការចោទប្រកាន់នោះគឺ

១-ចោរប្លន់ ២-ធ្លាប់ធ្វើទាហានខ្មែរ ៣-ធ្លាប់ធ្វើខ្មែរក្រហម
៤-ទាហានវៀតណាម ៥-ជនជាតិឡាវ ៦-ជា KGB សូវៀត

បើសិនជាមានចម្លើយណាមួយរបស់ខ្ញុំ អាចឲ្យពួកគេយោងទៅដល់ករណីណាមួយខាងលើ ខ្ញុំពិតជាគេចមិនផុតពី ជំរំ008 ឡើយ។

បន្ទាប់ពីសួរចម្លើយអស់ចិត្តហើយ គេក៏យកកំណត់ហេតុសួរចម្លើយទៅប្រជុំពិភាក្សាប្រហែលជាកន្លះម៉ោង។ ខ្ញុំឮសូរសម្រិបជើងទាហានម្នាក់

ដើរមកជិតខ្ញុំ វាយកចុងកាំភ្លើងមកភ្ជង់ពីលើក្បាលខ្ញុំ។ ទោះបីជាខ្ញុំជឿជាក់ក្នុងចិត្តថា ការដែលគេសួរចម្លើយខ្ញុំបែបនេះហើយ (គេប្រើប្រព័ន្ធតុលាការ) បានន័យថា គេនឹងមិនសម្លាប់ខ្ញុំដោយងាយៗឡើយ។ ប៉ុន្តែការដែលគេយកចុងកាណុងមកដាក់ពីលើក្បាលដូច្នេះ មិនថាជានរណាឡើយ ប្រាកដជាព្រលឹងចេញទៅក្រៅខ្លួនបាត់ទៅហើយ។

វាកេះកៃព្រួសរក្លឹក(កាំភ្លើងអត់គ្រាប់) ហើយនិយាយមកកាន់ខ្ញុំថា

"ឯងនេះ សំណាងល្អណាស់ មេយើងគេឲ្យសម្លាប់ឯងចោល តែពួកតុលាការ(ពួកអ្នកកាត់ក្តីនៅក្នុងបន្ទាយ)គេសុខចិត្តលែងឯងទៅវិញ។ ឯងត្រូវអរគុណដល់ពួកគេ ដែលបានសម្រេចឲ្យឯងរួចខ្លួនចាប់ពីពេលនេះទៅ"

គេដោះខ្នោះចេញពីដៃនិងស្រាយចំណងមុខឲ្យខ្ញុំ។ ខ្ញុំថ្លែងអំណរគុណដល់ពួកតុលាការទាំងអស់គ្នា។ ខ្ញុំបានមើលឃើញ និងចងចាំទិដ្ឋភាពរបស់បន្ទាយនោះយ៉ាងច្បាស់រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃ។ គេឲ្យខ្ញុំឡើងឡាន GMC ដើម្បីជូនខ្ញុំមកទឹកដីខ្មែរវិញ។ ខ្ញុំមើលឃើញអ្នកជាប់ទោសពីរនាក់ទៀតត្រូវគេស្រាស់បន្ទាឲ្យនៅលើដំបូកមួយក្នុងបន្ទាយ ពួកគេត្រូវនៅទីនោះ ១៥ថ្ងៃ។

គេដឹកខ្ញុំមកដល់ព្រំដែនខ្មែរ ហើយអែកូមហៅទាហានបារ៉ាំពីបន្ទាយណងចាន់ ឲ្យមកទទួលយកខ្ញុំទៅវិញ ដោយបញ្ជាក់ពីមូលហេតុដែលគេចាប់ថា "សង្ស័យថាជាចោរ" ។ ខ្ញុំសម្រាកនៅបន្ទាយណងចាន់មួយយប់។

ព្រឹកឡើង ខ្ញុំរួតរះធ្វើដំណើរទៅកាន់ជំរំថ្មី(ឬជំរំ007) ហើយច្លងទៅរកជួបតាស៊ូត។ អ្នកភូមិដូនលុមព្រមទាំងមិត្តភក្តិទាំងអស់ គេមិនជឿថាខ្ញុំនៅរស់ទេ។ ចំណែកតាស៊ូត គាត់បានទៅដល់បន្ទាយទាហានដើម្បីសុំយកខ្មោចមកធ្វើបុណ្យ តែទាហានបានប្រាប់គាត់ថា គេព្រលែងទៅបាត់ហើយ គាត់នៅតែមិនជឿ គាត់ប្រាប់ខ្ញុំថា គាត់ដេកមិនលក់មួយយប់ទល់ភ្លឺទៅហើយ ទាល់តែឃើញខ្ញុំមកដល់ ទើបគាត់អស់ចិត្ត។ ខ្ញុំនឹកអស់សំណើចគិតទៅដល់ឃ្លាមួយដែលថា "អាយុមិនអស់មិនស្លាប់" គឺគ្រាន់តែជាពាក្យមួយដែលគេ

អាចនិយាយបាននៅពីក្រោយព្រឹត្តិការណ៍ឬសម្រាប់និយាយកម្លាចិត្តប៉ុណ្ណោះ អ្វីដែលសំខាន់ ជាអត្ថន័យពិតប្រាកដជួយឲ្យខ្ញុំបានរស់ក្នុងពេលនោះគឺ ៖

១-ការចេះភាសារបស់គេ

២-ការចេះនិយាយបន្ទន់ចិត្ត

៣-ការចេះបកស្រាយឲ្យផុតពីប្រការដែលគេចោទប្រកាន់។

ខ្ញុំមិនដែលបានជួបតាស៊ូតចាប់ពីពេលនោះមក ទើបតែកាលពីដើមឆ្នាំ២០០៨ ខ្ញុំបានឲ្យមិត្តម្នាក់ឈ្មោះ ប៊ូន ជូនទៅលេងគាត់។ គាត់រៀបរាប់ប្រាប់ខ្ញុំថា **"ពួកដែលធ្លាប់រកស៊ីខិលខូច វាវិនាសខ្ទាត់ខ្ទាយអស់ហើយ"។**

រឿងពិតរបស់ខ្ញុំ វាអាចនឹងមានលក្ខណៈជ័ងអន្លាយឃ្លាតឆ្ងាយពីខ្លឹមសាររបស់សៀវភៅបន្តិច តែវាជាបទពិសោធន៍ដ៏សំខាន់សម្រាប់ជីវិតខ្ញុំ និងជាមេរៀនមួយសម្រាប់លោកអ្នក និងប្អូនៗស្រករក្រោយ ដែលគួរចងចាំថា **"យើងត្រូវទទួលខុសត្រូវលើជតាជីវិតរបស់ខ្លួន"** ត្រូវត្រៀមវិជ្ជាគុនសន្សំពុទ្ធិ ខំបង្កើនសមត្ថភាពរបស់ខ្លួនជាប្រចាំ កុំអួតចេះ កុំអួតឆ្លាត កុំអួតពីរឿងខ្លាំង កុំអួតច្បាំងពូកែ កុំខ្ជិលតែពាំ នោះទើបជីវិតរបស់យើងវាអាចមានភាពរឹងមាំ និងទទួលក្តីសុខបានពិតប្រាកដ។

✍...***សម្រាប់អ្នកលក់ទំនិញដែលឆ្លាត...*** តាមធម្មតា ពេលយើងយកទំនិញថ្មីទៅបង្ហាញអតិថិជន គេតែងតែបដិសេធមិនទិញ ឬមិនចង់ដឹង ឬ ថែមទាំងមិនចង់មើលទៀតផង។ អ្នកអាចប្រាប់ទៅគេថា "មិនទិញក៏មិនអីដែរ ឲ្យតែបានភ្លក់បន្តិច ឬកាន់មើលបន្តិចក៏បានដែរ"។

ការដែលឲ្យគេទទួលឬប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់ៗពីដំបូង វាអាចនឹងជួយទាក់ទាញការចាប់អារម្មណ៍ពីភាគីម្ខាងទៀត ដោយអ្នកមិនចាំបាច់និយាយឲ្យត្រង់ៗភ្លាមៗឡើយ ព្រោះការរុញឲ្យត្រង់ៗវានឹងនាំឲ្យមនុស្សមានការមន្ទិលសង្ស័យ ទោះបីជារបស់យើងល្អយ៉ាងណាក៏ដោយ។

បុរសម្នាក់ ពេលជួបនឹងនារីម្នាក់ស្រាប់តែទៅសារភាពថា
"ខ្ញុំស្រឡាញ់នាងណាស់ សូមអ្នកនាងមេត្តាស្រឡាញ់ខ្ញុំទៅ"
ពេលនោះ អ្នកប្រាកដជាបានទទួលចម្លើយថា
"អាគាត់នេះឡប់ទេដឹង?" ជាមិនខាន។

ការបន្ទន់ចិត្តអតិថិជន ត្រូវចាប់ផ្ដើមពីរឿងរាយរង ងាយៗ ជាមុន ហើយចាំទាញបន្តិចម្ដងៗទៅរកសាច់រឿងធំៗ។

ឧទាហរណ៍ បើនឹងលក់ទឹកអប់ អ្នកយកដបទឹកអប់មកបង្ហាញសិន បន្ទាប់មកចាប់បើកគម្រប បាញ់ក្លិនឲ្យគេហិត និយាយបញ្ចេញបញ្ចូលអំពីប្រភេទរបស់ក្លិន ហើយចាំប្រាប់ពីតម្លៃដ៏សមរម្យតាមក្រោយ។

ដើម្បីបន្ទន់ចិត្តមនុស្ស អ្នកត្រូវស្វែងយល់ពីអារម្មណ៍ និងចិត្តគំនិតរបស់គូភាគីឲ្យបានល្អជាមុន ហើយត្រូវឈរលើគោលការណ៍

"អូសទូកកុំឱ្យល្អាន ចាប់ត្រីបានកុំឱ្យល្អក់ទឹក"

គឺជាគោលការណ៍ដែលធ្វើយ៉ាងណាកុំឲ្យគូភាគីទទួលអារម្មណ៍ថា **"ខ្លួនត្រូវគេគាបសង្កត់"** ព្រោះជាទូទៅបើគេគិតថា ខ្លួនគ្មានការគាបសង្កត់អ្វីទេ គេក៏មិនសូវបារម្ភ មិនសូវប្រិតប្រៀង ឬក៏មិនតឹងតែងពេកដែរ។

ការដែលធ្វើឲ្យគេមិនសូវបារម្ភ មិនសូវប្រិតប្រៀង មិនតឹងតែង មិនភ្ញាក់ផ្អើល វានឹងជួយឲ្យអ្នកអាចបង្វែរគេបានងាយស្រួលទៅតាមអ្វីដែលខ្លួនត្រូវការនោះឯង។

☆ ☆ ☆

☞ *មានវិធីជាច្រើនក្នុងការបន្ទន់ចិត្តមនុស្ស...*
ការផ្តល់កិត្តិយស ការលើកសរសើរ ការស្និទ្ធស្នាល
ការមិនគាបសង្កត់ មិនបង្ខំតាមអំពើចិត្ត ការផ្តល់ផលប្រយោជន៍
ព្រមទាំងការចេះស្វែងយល់ពីអារម្មណ៍ និងចិត្តគំនិតផងដែរ។
អ្វីទាំងនេះ...លោកអ្នកអាចហ្វឹកហាត់បាន។

ចូរឆ្លាក់ឈ្មោះអ្នកនៅលើបេះដូង

មិនមែនឆ្លាក់លើថ្មនោះទេ។

ឆាលស៍ ស៊ី ស្ពឺជៀន

☆☆☆

រៀនដោយមិនបានគិត នឹងខាតកម្លាំងឥតប្រយោជន៍
គិតដោយមិនបានរៀន គឺការប្រថុយនឹងគ្រោះថ្នាក់។

ខុងជឺ

(៥៥១-៤៧៩ មុនគ.ស.)

Learning without thought is labor lost;
Thought without learning is perilous.

Confucius

☆☆☆

២៨
វិធី "ស្ងៀមជាងស្រដី"

«ស្ងៀម...ជាភាសាដែលមានន័យយ៉ាងជ្រាលជ្រៅរបស់មនុស្ស»

... ក្នុងករណីដែលភាគីមួយមានកំហុស យើងមិនគួរប្រញាប់ប្រញាល់វាយប្រហារថ្កោលទោសទៅលើគេភ្លាមៗនោះទេ អ្នកត្រូវជួយរក្សាកិត្តិយសដល់គេ និងរិះរកវិធីដ៏ឆ្លាតដើម្បីចាត់ការឲ្យបានសមរម្យ។

វិធីម្យ៉ាងដែលយើងមិនគួរមើលរំលងគឺ "**ការនៅស្ងៀម**" មិនបាច់និយាយអ្វីទាំងអស់ ក្នុងកាលៈទេសៈដ៏សមរម្យណាមួយ។

ឧទាហរណ៍ ពេលលទ្ធផលប្រឡងរបស់កូនមិនបានដូចក្ដីប្រាថ្នា កូននឹងមានក្ដីព្រួយបារម្ភច្រើនប្រការដូចជា តូចចិត្តនឹងខ្លួនឯង ខ្មាសមិត្តភក្តិជាពិសេស គឺខ្លាចឪពុកម្ដាយស្ដីបន្ទោសជាដើម។ ក្នុងករណីនេះ លោកអ្នកជាឪពុកម្ដាយ មិនគួរនិយាយអ្វីទាំងអស់ ប្រើស្នាមញញឹមផ្ដល់ភាពកក់ក្ដៅ

មិនគួរជៀលត្អះ លេបខាយពាក្យគំរោះគំរើយដល់កូនឡើយ។ ការធ្វើដូច្នេះ វានឹងជួយឲ្យកូនខំបង្កើនការព្យាយាមរបស់ខ្លួន ដោយសារគេមើលឃើញថា ឪពុកម្ដាយផ្ដល់ឱកាសឲ្យគេកែលម្អខ្លួន ហើយស្រួលមិនស្រួលការប្រឡងនៅលើកក្រោយ គេអាចនឹងទទួលលទ្ធផលហួសពីការស្មានផងក៏មានដែរ។

✍... ពេលខ្លះ ភាគីម្ខាងទៀតបានលើកសំណើ ឬមានអាកប្បកិរិយាអ្វីមួយភ្លាំភ្លូងមិនសូវសមរម្យ យើងឆ្លើយតបទៅវិញ ដោយការមិនមាត់មិនកអ្វីទាំងអស់ ដែលមើលទៅហាក់ដូចជាមិនបានធ្វើអ្វី តែតាមពិត ការស្ងៀមស្ងាត់បែបនេះ ធ្វើឲ្យភាគីម្ខាងទៀតមានការក្រែងញញើត ហើយគេនឹងត្រិះរិះពិចារណាកែលម្អខ្លួនឯង ដោយយើងមិនពិបាកទៅធ្វើអ្វីឡើយ។

វិធីនេះ សម្ដែងឲ្យឃើញពីភាពនឹងនឬភាពចាស់ទុំរបស់យើង ជាការទុកមុខទុកមាត់ឲ្យភាគីម្ខាងទៀត ជាការព្រមាន និងជាការទុកឱកាសឲ្យគេកែខ្លួនផងដែរ។

ការមិនវាយប្រហារទៅលើការខុសឆ្គង ឬមិនជាន់ឈ្លីទៅលើការភ្លាំងភ្លាត់របស់អ្នកដទៃ ដោយប្រើវិធី "ស្ងៀមជាងស្រដី" គឺជាតិចនិចដ៏មានប្រសិទ្ធភាពម្យ៉ាងក្នុងការបកស្រាយដាស់តឿនផ្នែកគំនិតប្រាជ្ញា។ វិធីនេះធ្វើឲ្យគូភាគីបានគិតពិចារណាពីខ្លួនឯង ទិតៀនរិះគន់ខ្លួនឯង ជាជាងទទួលរងការស្ដីបន្ទោសដោយត្រង់ៗពីអ្នកដទៃ។

វិធីនេះត្រូវឈរលើគោលការណ៍នៃការគោរព និងផ្ដល់កិត្តិយសឲ្យភាគីម្ខាងទៀត។ គឺជាវិធីដ៏សំខាន់ដែលយើងត្រូវចេះយកវាមកប្រើទៅតាមកាលៈទេសៈណាដែលសមស្រប ទោះបីជាដល់ដំណាក់កាលត្រូវទិតៀនរិះគន់ហើយក៏យើងគួរជ្រើសរើសទីកន្លែង រកចង្វាក់ពេលវេលាបានឲ្យសមរម្យ ហើយចាំអធិប្បាយម្ដងមួយចំណុចៗ ដោយប្រយ័ត្នប្រយែងបំផុត។

មានមនុស្សជាច្រើន ដែលធ្លាប់ទទួលការជៀលត្មះក្នុងកណ្តាលចំណោមមនុស្ស។ ប្រការនេះ មិនមែនត្រឹមតែជាការជាន់ឈ្លីដល់កិត្តិយសរបស់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះទេ វាថែមទាំងធ្វើឲ្យអាម៉ាស់ ស្ទើរតែមិនហ៊ានជួបមុខអ្នកដទៃទៀតផង ជាពិសេសចំពោះនារីៗ។

ការទទួលក្ដីអាម៉ាស់របស់នារីខ្លះ អាចធ្ងន់ធ្ងរជាងជីវិតទៅទៀត។ ហេតុនេះ លោកអ្នកគួរប្រយ័ត្នប្រយែងកុំឲ្យហេតុការណ៍អាក្រក់វាកើតឡើង ហើយគួរតែជៀសវាងនូវការប្រព្រឹត្តណាដែលជាការបំបាក់មុខអ្នកដទៃ និងជាពិសេស ការបំបាក់មុខដល់នារីៗ ទោះជាក្នុងករណីណាក៏ដោយ។

☆☆☆

☞ *"ស្ងៀមជាងស្រដី" ជាវិធីរបស់មនុស្សឆ្លាត។*
មនុស្សឆ្លាត មានតែលើកទឹកចិត្តឲ្យមនុស្សធ្វើល្អ
មនុស្សឆ្លាត នឹងមិនព្យាយាមបំបាក់មុខអ្នកណាឡើយ។
តើអ្នកសមគួរជាមនុស្សឆ្លាតហើយឬនៅ?

ការសម្តែងទឹកចិត្តសន្តោស មេត្តាករុណា

ចំពោះអ្នកនៅក្បែរៗផ្ទះ

វាល្អជាជាងធ្វើដំណើរទៅធ្វើបុណ្យនៅទីឆ្ងាយ។

It is better to do a kindness near home
than go far to burn incense.

សុភាសិតចិន

☆☆☆

២៩

ទាញអារម្មណ៍ឱ្យចូលផ្តុំគ្នា

« អារម្មណ៍ដូចគ្នា ជួយឲ្យការចរចាកាន់តែងាយស្រួល »

✍... មនុស្សយើងម្នាក់ៗ តែងមានគំនិតដោយឡែកៗពីគ្នា។ ការដែលឲ្យមនុស្សផ្សេងគ្នាគិតទៅតាមទិសតែមួយមិនមែនជារឿងងាយប៉ុន្មានឡើយ។

ដើម្បីឲ្យការចរចាឬការសន្ទនាកើតមានឡើង ទាល់តែមានភាគីណាមួយចេះទាក់ទាញភាគីមួយទៀតឲ្យចាប់អារម្មណ៍នឹងសន្ទនាជាមុន និងបន្ទាប់ពីបានសន្ទនាមួយរយៈរួចមក គេកាន់តែបានយល់ពីគ្នាបន្តិចម្តងៗ។

យុវជនម្នាក់ តែងទទួលការគាបសង្កត់ផ្លូវចិត្ត ពីសំណាក់មនុស្សអវិជ្ជាមួយចំនួនក្នុងសង្គម។ គេតែងសង្កេតនិងសិក្សាទៅលើសកម្មភាពរបស់មនុស្សនិងចង់ដឹងថា តើកត្តាអ្វីខ្លះដែលនាំឲ្យមនុស្សប្រព្រឹត្តអំពើទាំងនោះ? ផ្លូវតែមួយរបស់គេ គឺការសិក្សាផ្នែកចិត្តវិទ្យា ប៉ុន្តែឪពុករបស់គេបដិសេធ :

"ឯងចង់រៀនខាងចិត្តវិទ្យាយកទៅធ្វើស្អី ចង់ធ្វើជាពេទ្យឆ្កួតឬ?"។

ទោះបីជាត្រូវឪពុកបដិសេធក៏ដោយ គេមិនព្រមចុះចាញ់ទេ គេព្យាយាមរកវិធីបញ្ចុះបញ្ចូលឪពុកឲ្យយល់ស្របតាមគំនិតរបស់ខ្លួន។ ថ្ងៃមួយគេរកឱកាសនិយាយជាមួយឪពុក...

"ពុក! ខ្ញុំសុំសួរពុករឿងមួយ!...ហេតុអ្វីក៏ពុករៀបការនឹងម៉ែ?"

"បេះសួរកើត! មកពីពុកស្រឡាញ់ម៉ែឯងហ្នឹងណា៎!..."

គេសួរបន្ត

"ចុះពុកដែលធ្លាប់គិតថា ចង់រៀបការជាមួយអ្នកផ្សេងដែរឬទេ?"

"អត់ទេកូន... គ្រួសាររបស់ពុកចង់ឲ្យពុកទៅរៀបការជាមួយនឹងនារីម្នាក់ដែលជាកូនអ្នកមាន តែពុកស្រឡាញ់ម៉ែកូនឯង កាលនៅពីក្មេងម៉ែរបស់ឯងមានស្នេហ៍សម្បើមណាស់ ពុកដកចិត្តមិនរួចទេ!!!"

"ពុកនិយាយត្រូវណាស់ សូម្បីតែឥឡូវក៏ម៉ែនៅតែមានស្នេហ៍ដូចតែពីមុនអញ្ចឹង! ពុកមិនរៀបការនឹងអ្នកផ្សេង ព្រោះពុកស្រឡាញ់ម៉ែ ហើយពេលនេះ កូនក៏មានលក្ខណៈមិនខុសពីពុកកាលពីពេលមុនដែរ ខ្ញុំស្រឡាញ់មុខវិជ្ជាចិត្តវិទ្យា ខ្ញុំចង់រៀនមុខវិជ្ជានេះឲ្យបានជ្រៅជ្រះ មុខវិជ្ជាផ្សេងទៀតមិនបានធ្វើឲ្យខ្ញុំចាប់អារម្មណ៍ប៉ុន្មានទេ... ខ្ញុំស្រឡាញ់មុខវិជ្ជានេះប្រៀបដូចទៅនឹងបុរសដែលស្រឡាញ់នារីស្អាតម្នាក់អញ្ចឹង!!!"

ឪពុកបើកភ្នែកធំៗសួរ

"ម៉េចក៏ឯងនិយាយពីរឿងស្រឡាញ់ស្រីស្អាតឯណាឯណីទៅវិញ?"

គេអធិប្បាយឲ្យឪពុកស្តាប់

"ពុក!!! ឆ្នាំនេះខ្ញុំអាយុ ២១ឆ្នាំ ហើយ មិត្តភក្តិខ្ញុំផ្សេងៗទៀតទោះបីជាអ្នកខ្លះនៅក្រីក្រតោកយ៉ាកនៅឡើយ ក៏គេចង់មានគូរស្រករដែរ ចំណែកខ្ញុំ ខ្ញុំមិនទាន់គិតពីរឿងនេះទេ អ្វីដែលខ្ញុំប្រាថ្នាក្នុងពេលនេះគឺ ខ្ញុំចង់ចូលរៀនផ្នែកចិត្តវិទ្យាតែប៉ុណ្ណោះ!"

ឱ៉ពុកស្តាប់កូននិយាយយ៉ាងស្ងប់ស្ងៀម មិននិយាយអ្វីមួយម៉ាត់ កូនក៏រៀបរាប់បន្ត

"ពុកតែងពុះពារនូវអ្វីដែលពុកប៉ងប្រាថ្នា ហេតុអ្វីក៏ពុកមិនព្រមជួយឲ្យកូនបានទទួលអ្វីដែលកូនប្រាថ្នាផងដែរទៅ? ខ្ញុំនឹងប្រើចំណេះដែលខ្ញុំចេះឲ្យមានប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនឯងនិងសង្គម ខ្ញុំនឹងធ្វើឲ្យពុកបានសប្បាយចិត្ត!"

ឱ៉ពុកដកដង្ហើមធំ

"តែពុកខ្លាចក្រែងរកលុយឲ្យកូនឯងរៀនមិនបានគ្រប់គ្រាន់ណា៎!"

"ពុក! ឲ្យតែពុកព្រមសិន កូននឹងខំធ្វើការដើម្បីរកលុយមកផ្សំផ្សំជាមួយនឹងលុយឧបត្ថម្ភដែលពុកជួយ កូននឹងព្យាយាមគ្រប់យ៉ាងដើម្បីដើរឲ្យដល់គោលដៅរបស់ខ្លួន"

ឱ៉ពុកបន្ធូរដង្ហើម

"អឺ!...ឯងនិយាយមានហេតុផលម្យ៉ាងដែរ... គ្រាន់បើមែន!"

គេចាប់ដៃឱ៉ពុកយ៉ាងណែន

"កូននឹងខំរៀនឲ្យពេញទំហឹង និងប្រើចំណេះឲ្យមានប្រយោជន៍បំផុតសម្រាប់គ្រួសារនិងប្រទេសជាតិ!"។

ទីបំផុត គេអាចទាក់ទាញចិត្តឱ៉ពុកឲ្យស្របតាមយោបល់ខ្លួន បំណងប្រាថ្នារបស់គេនឹងក្លាយជាការពិត។

វិធីទាញអារម្មណ៍ឲ្យចូលផ្លុងគ្នាមាន៤ដំណាក់កាល ៖

១-បង្កើតសាច់រឿង : លើកយកសាច់រឿងមួយមករៀបរាប់ដើម្បីឲ្យគូភាគីចាប់អារម្មណ៍។ យុវជនម្នាក់នេះ ប្រើវិធីទាក់ទាញចិត្តឱ៉ពុកដោយការធ្វើឲ្យឱ៉ពុករបស់ខ្លួននឹកទៅដល់រឿងស្នេហ៍ពីអតីតរបស់ខ្លួន។

២-តភ្ជាប់សាច់រឿង :

ទាញសាច់រឿងចាស់ឲ្យចូលសាច់រឿងថ្មី ដែលជាគោលដៅសំខាន់។ យុវជននោះបានភ្ជាប់សាច់រឿងដោយប្រយោគ "ពេលនេះ កូនក៏មានលក្ខណៈមិនខុសពីពុកកាលពីពេលមុនដែរ"។

៣-ចូលសាច់រឿងសំខាន់ : បង្ហាញអំពីគោលគំនិត ឬសំណើរបស់ខ្លួនក្នុងរឿងនោះ។ ហេតុផលផ្សេងៗដែលយុវជននោះបកស្រាយមានៈ

"ខ្ញុំចង់រៀនមុខវិជ្ជានេះឲ្យបានជ្រៅជ្រះ"

"ខ្ញុំស្រឡាញ់មុខវិជ្ជានេះ ប្រៀបដូចទៅនឹងបុរសដែលស្រឡាញ់នារីស្អាតម្នាក់អញ្ចឹង!!!"។

៤-រកដំណោះស្រាយចុងក្រោយ : លើកឡើងពីអ្វីដែលយើងស្នើទៅភាគីម្ខាងទៀតឲ្យបានច្បាស់លាស់ និងរកដំណោះស្រាយរួម ដើម្បីឲ្យគូភាគីអាចទទួលយកបាន។

"កូននឹងព្យាយាមគ្រប់យ៉ាងដើម្បីដើរឲ្យដល់គោលដៅរបស់ខ្លួន"។

☞ *ធ្វើឲ្យគូភាគីទទួលស្គាល់ពីអារម្មណ៍របស់គេជាមុន*
ហើយទាញឲ្យគេទទួលស្គាល់ពីអារម្មណ៍យើងវិញម្តង
បើគេបដិសេធរឿងយើង បានន័យថាគេមិនយុត្តិធម៌
តើគេពិតជាហ៊ានបដិសេធមែនឬ?
បើគេនៅតែហ៊ានបដិសេធបំពាននឹងហេតុផល
តើអ្នកគួរសេពគប់នឹងគេតទៅទៀតឬយ៉ាងណា?

☆ ☆ ☆

៣០

មហិទ្ធិឫទ្ធិ “ខ្លាំងស៊ីពាល”

« ភាពក្លាហាន... ជាសម្បត្តិដ៏មានតម្លៃរបស់មនុស្ស »

... *ក្នុងសម័យ ចានក្លួក ព្រះមហាក្សត្រនគរ* **ឈិន** *ជាស្តេចដែលចូលចិត្តប្រើអំណាចគាបសង្កត់លើអ្នកដទៃ។ ព្រះអង្គចង់បាននគរ* **អាន់លិង** *ជាចំណុះ ទើបលើកជាសំណើដ៏គ្មានហេតុផលមួយទៅឲ្យនគរ អាន់លិងថា “សុំប្រើប្រាស់ទឹកដីទំហំ ៥០០លី បើមិនចង់ឲ្យបាត់បង់ទឹកដីទាំងមូលទេ”។*

ព្រះមហាក្សត្រនគរ អាន់លិង មិនយល់ស្រប ហើយបានបញ្ជូនទូតពិសេសឈ្មោះ **ថាំងស៊ុយ** *ឲ្យមកចរចាជាមួយស្តេចនគរឈិន។*

ពេលទ្រង់ជ្រាបថា ស្តេចនគរ អាន់លិង មិនព្រមប្រគល់ដែនដីឲ្យស្តេចនគរឈិនទ្រង់គ្រេវក្រោធជាខ្លាំង ព្រះភ័ក្ត្រឡើងក្រហមដូចរងើកភ្លើង។ ព្រះអង្គទ្រង់ត្រាស់ទៅកាន់ ថាំងស៊ុយ ថា

"តើអ្នកដែលធ្លាប់ដឹងថា ព្រះរាជាក្រោធដូចម្តេចខ្លះទេ?"

ថាំងស៊ុយ ឆ្លើយ "មិនធ្លាប់ដឹងទេក្រាបទូល!..."

ស្តេចនគរឈិន ក៏ត្រាស់បន្ត...

"ពេលព្រះរាជាក្រោធ អាចធ្វើឲ្យមនុស្សស្លាប់រាប់ម៉ឺនរាប់សែន!!! សាកសពគរដូចភ្នំ!... ឈាមហូរដូចទឹកទន្លេណា!..."

ថាំងស៊ុយ ក៏ទូលតបទៅវិញ

"អញ្ជើញព្រះអង្គទ្រង់បានជ្រាបទេថា តើមនុស្សសាមញ្ញធម្មតា គេខឹងដូចម្តេចខ្លះទៅវិញក្រាបទូល?"

ស្តេចនគរឈិន តប

"មនុស្សធម្មតាឬ? យ៉ាងច្រើនណាស់ត្រឹមតែបោកប្រាស់របស់របរ ឬមួយក៏បោកក្បាលខ្លួនឯងនឹងជញ្ជាំងប៉ុណ្ណោះ!"

ថាំងស៊ុយ ទូលឆ្លើយទាំងទឹកមុខមាំ...

"នេះគ្រាន់តែជាការបញ្ចេញកំហឹងរបស់មនុស្សធម្មតាប៉ុណ្ណោះ! មិនមែនជាការបញ្ចេញកំហឹងរបស់អ្នកក្លាហាននៅឡើយទេ! តែប្រសិនបើអ្នកក្លាហានពិតជាខឹងមែន សូម្បីតែមនុស្សស្លាប់ មានត្រឹមតែម្នាក់ឬពីរនាក់ ឈាមអាចខ្ចាតត្រឹមតែ៤ឬ៥ជំហាន ប៉ុន្តែមនុស្សត្រូវកាន់ទុក្ខពេញទាំងនគរ ឥឡូវនេះ អ្នកក្លាហានកំពុងតែខឹងហើយក្រាបទូល!!!"

និយាយចប់ គេហូតដាវចេញមកហើយស្ទុះក្រោកយ៉ាងអង់អាច។

ពេលនោះស្តេចនគរឈិន ភ័យស្លន់ស្លោ ប្រញាប់ឃាត់ថាំងស៊ុយ

"ឈប់!ៗ សូមលោកកុំប្រញាប់ខឹងអី អង្គុយៗ អង្គុយចុះសិនមក! និយាយគ្នាឲ្យស្រួលបួលសិន!... ពេលនេះយើងយល់ហើយ... នគរហាន នគរវើយត្រូវវលាយសាបសូន្យអស់ហើយ នៅសល់តែនគរតូចៗដូចជានគរអាន់លិងដែលមានទឹកដីត្រឹមតែ៥០០លីប៉ុណ្ណោះ ហើយអាចនៅគង់វង្សរហូតមកដល់សព្វថ្ងៃនេះ ក៏ដោយសារតែមានអ្នកក្លាហានដូចរូបលោកនេះឯង"។

ក្នុងការចរចានេះ ថាំងស៊ុយមានគោលដៅបង្រ្កាបក្តីលោភលន់ដ៏ឥតព្រំដែនរបស់ស្តេចនគរឈិន។ ពេលប្រឈមមុខនឹងគ្រោះភ័យ គេមិនមានតក់ស្លុតអ្វីឡើយ គេព្យាយាមរកវិធីតស៊ូទៅតាមហេតុផល រហូតដល់ថ្នាក់ហួតដាវគំរាម ប្រើមហិទ្ធិឫទ្ធិ "ខ្លាំងស៊ីពាល" សង្កត់មកលើស្តេចនគរឈិន ធ្វើឲ្យព្រះអង្គព្រមលះបង់គំនិតឈ្លានពានមកលើនគរអាន់លិង។ នៅទីបំផុត គេក៏សម្រេចបានផ្លែផ្កាដ៏ជាទីគាប់ចិត្តក្នុងការចរចានោះ។

☆ ☆ ☆

☞ *ក្នុងការចរចា បើយើងមានឥរិយាបថមិនរឹងប៉ឹង*
បន្ទាបខ្លួនឲ្យទាបជាងគូភាគី មិនហ៊ានតវ៉ាម៉ាត់ទៅម៉ាត់មកទេ
គូភាគី គេនឹងមើលស្រាលគំនិតរបស់យើង។
ផ្ទុយទៅវិញ បើយើងមានហេតុផលជាក់លាក់
ហ៊ានបញ្ចេញមតិយ៉ាងពេញមាត់
ទោះជាត្រូវប្រឈមនឹងគ្រោះភ័យក៏មិនតក់ស្លុត
ប្រើមហិទ្ធិឫទ្ធី "ខ្លាំងស៊ីពាល"
នោះគូភាគីគេមុខជានឹងគិតថា "អីយ៉ា! លេងមិនបានទេ!"
ពេលនោះ អ្វីៗក៏នឹងទៅជារលូនៗៗៗៗ វិញជាមិនខាន។

អ្នកដែលបោះជំហានទៅមុខបានល្អលើលោកនេះ
គឺអ្នកដែលស្ទុះស្ទាស្វែងរកស្ថានការណ៍ដែលខ្លួនចង់បាន
ហើយបើរកមិនឃើញទេ ចូរបង្កើតវាឡើង។

The people who get on in this world
are the people who get up
and look for the circumstances they want,
and, if they can't find them, make them.

ចច បឺណាដ ស្ហ៊ រ - George Bernard Shaw
(1856-1950)

☆☆☆

៣១

បង្ហាញពីសន្ដានចិត្ត

« សន្ដានចិត្ត ជាថាមពលមួយរបស់មនុស្ស »

... ក្នុងការសន្ទនាឬចរចាការងារផ្សេងៗ វាជាការពិតណាស់ដែលយើងត្រូវចេះបត់បែន សម្របសម្រួលទៅតាមស្ថានការណ៍ផ្សេងៗ ទៅតាមបុគ្គលិកលក្ខណៈរបស់គូភាគី តែមានគោលការណ៍គ្រឹះម្យ៉ាងដែលអ្នកមិនគួរមើលរំលង ហើយប្រសិនបើចេះជ្រើសរើសយកមកគួបផ្សំ វានឹងជួយឲ្យយើងទទួលជោគជ័យក្នុងការសេពគប់ចងសម្ព័ន្ធមេត្រីជាមួយអ្នកដទៃផងដែរ។

វិធីនោះ គឺការបង្ហាញពីសន្ដានចិត្តពិតប្រាកដរបស់យើង។

យើងនឹងបង្ហាញជូនពីគន្លឹះនិងឧទាហរណ៍ផ្សេងៗដូចខាងក្រោម ៖

១- ស្វែងរកចំណុចដូចគ្នា ដូចជា ការគិត អារម្មណ៍ ការពេញចិត្ត ការចាប់អារម្មណ៍ ការចូលចិត្ត... និងបន្ទាប់មក យើងទាញគេបន្តិចម្ដងៗ ឲ្យធ្លាក់ចូលមកសាច់រឿងដែលយើងត្រូវការ។

✱ អ្នកបើកឡានម្នាក់បានល្មើសនឹងច្បាប់ចរាចរណ៍ ហើយត្រូវប៉ូលីសឃាត់ឲ្យឈប់។ ប៉ូលីសដើរមកដល់ហុចក្រដាសឲ្យមួយសន្លឹក។ ពីដំបូងៗ គេគិតថា នេះគឺពិតជាប័ណ្ណផាកពិន័យ តែដល់ពិនិត្យមើលទៅ ក្រដាសនោះបោះពុម្ពជាអក្សរមានន័យថា **"បើកបរដោយប្រុងប្រយ័ត្ន គឺជាការធានាដល់សុវត្ថិភាពរបស់អ្នកនិងក្រុមគ្រួសារ ព្រមទាំងអ្នកដទៃ"។**

ពេលអានសេចក្ដីនេះចប់ គេនឹកឃើញខ្មាសខ្លួនឯងមួយរំពេច និងយល់ព្រមទទួលស្គាល់កំហុសដោយស្រួល។ គេសារភាពថា

"ខ្ញុំបើកឡានមក១៨ឆ្នាំហើយ មិនដែលជួបវិធីចម្លែកអញ្ចឹងសោះ!"

ករណីនេះបានបង្ហាញឲ្យឃើញថា ប៉ូលីសចរាចរណ៍យល់ទៅដល់ទឹកចិត្តរបស់អ្នកបើកបរគ្រប់ៗគ្នា។ នៅពេលដែលអ្នកដទៃមានការឈឺឆ្អាល និងជួយដាស់តឿនដល់សុវត្ថិភាពរបស់ខ្លួនឯងនិងគ្រួសារ តើមានរឿងអ្វីដែលត្រូវទៅប្រកែកតវ៉ាកើតទៀត?

ហេតុនេះ គេក៏ឲ្យប៉ូលីសផាកតាមសម្រួលទៅ។

២- *កុំបែងចែកឱ្យខុសគ្នា*

✱ អ្នកគ្រប់គ្រងជាន់ខ្ពស់របស់ក្រុមហ៊ុនមួយ ជាមនុស្សអភិរក្សនិយម។ គេមិនព្រមផ្លាស់ប្ដូរអ្វីដោយងាយៗឡើយ។ តែមានអ្នកចាត់ចែងថ្នាក់ក្រោមដ៏វៃឆ្លាតម្នាក់ បានអូសទាញគាត់ឲ្យទទួលយកការផ្លាស់ប្ដូរមួយ ដែលអាចជួយឲ្យក្រុមហ៊ុនបានរីកចម្រើនជឿនលឿនទៅមុខមួយកម្រិត។

មិត្តភក្ដិធ្វើការជាមួយចូលថា ពួកគេធ្លាប់ស្នើរឿងនេះជាច្រើនលើកច្រើនសាមកហើយ តែពុំបានសម្រេច លើកនេះហេតុអ្វីក៏ម្នាក់នេះអាចបញ្ចុះបញ្ចូលតាកញ្ចាស់នោះបាន? (កញ្ចាស់ = មនុស្សមិនចង់កែប្រែ)

គេបានឆ្លើយថា

"ខ្ញុំមិនបានទៅបញ្ជាក់គាត់ពីរឿងគំនិតមុនចាស់ ឬគំនិតនេះថ្មីអ្វីទេ

ខ្ញុំគ្រាន់តែប្រាប់គាត់ថា បើធ្វើដូច្នេះ យើងអាចដោះស្រាយបញ្ហាចាស់ៗបាន ដែលសូម្បីតែលោកប្រធានក៏ធ្លាប់បានដោះស្រាយមកហើយដែរ"។

ការបែងចែក "ចាស់-ថ្មី" អាចធ្វើឲ្យគូភាគីដែលមានគំនិតបុរាណ ខំរកវិធីមកជំទាស់។ ការលុបកុំឲ្យឃើញរូបភាពនៃការបែងចែកត្រង់ៗពេក ជាវិធីមួយដែលមានអំណោយផលសម្រាប់គូភាគីដែលមិនចង់ផ្លាស់ប្តូរ។

៣- វិធីស្នំផងត្បូកផង

ជាវិធីលើកសរសើរជាមុនដើម្បីឲ្យគូភាគីមានកម្លាំងចិត្ត ហើយជាបន្ទាប់មកទៀតយើងថែមពាក្យ "ប៉ុន្តែ" ឬ "បើសិនជា" ក្នុងការដាស់តឿនលើចំណុចខ្វះខាត ដើម្បីឲ្យគូភាគីមានចិត្តកែលម្អដោយមនសិការខ្លួនឯង។

✱ ក្រោយពីបានដឹងលទ្ធផលប្រឡងរបស់កូនរួច ឪពុកបាននិយាយទៅកាន់កូនថា "លទ្ធផលប្រឡងរបស់កូនឆ្នាំនេះបានល្អជាងមុន ប៉ាម៉ាក់សប្បាយចិត្តណាស់ ហើយបើសិនជាកូនខំរៀបនេះតទៅមុខទៀត ប៉ាជឿថា ពិន្ទុរូបវិទ្យា មុខជាបានល្អប្រសើរដូចមុខវិជ្ជាដទៃជាមិនខាន"។

វិធីនេះ អាចជាការបង្អាប់មុខវិជ្ជារូបវិទ្យាដែលមិនបានពិន្ទុល្អ។ តែបើបង្អាប់ត្រង់ៗពេក គឺជាការបំបាក់ទឹកចិត្តដែលយើងមិនគួរប្រើឡើយ។ ហេតុនេះ វិធីត្បូកស្នំ ជាវិធីដែលគេចូលចិត្តប្រើជាទីបំផុត។

៤- តម្លៃឱ្យ "តឹង" ជាមុន ដើម្បីបាន "អាធូរ" តាមក្រោយ

ក្នុងការចរចាលើកសំណើដើម្បីឲ្យគូភាគីទទួលយកលក្ខខណ្ឌអ្វីមួយ បើយើងចាប់ផ្តើមដោយទាមទារត្រង់ភ្លឹងតែម្តង បានន័យថា យើងនាំខ្លួនឯងឲ្យទ័លច្រក មិនអាចកែប្រែបានឡើយប្រសិនបើត្រូវទទួលការប្រកែកភ្លាមៗ។ ដូច្នេះ យើងត្រូវចាប់ផ្តើមពីរឿងតឹងតែងជាមុន ចាំបន្ថយបន្តិចម្តងៗមកវិញ។

✱ កុមារីវ័យ្លាតម្នាក់នៅភ្នំពេញ ព្យាយាមបញ្ចុះបញ្ចូលឪពុកដើម្បីឲ្យគាត់យល់ព្រមអនុញ្ញាតឲ្យខ្លួនបានទៅធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សានៅសួនភ្នំតាម៉ៅជាមួយនឹងមិត្តរួមថ្នាក់។ ដំបូងៗនាងបានសុំឪពុកទៅលេងរតនៈគីរី ឪពុកមិនយល់ព្រម នាងសម្តែងអាកប្បកិរិយាធ្វើជាខឹងយ៉ាងខ្លាំង បន្ទាប់មកនាងក៏សុំទៅលេងឯកោះកុងវិញម្តង ជិតជាងមុនបន្តិច ឪពុកក៏នៅតែមិនព្រម។ នាងបានបន្ថយបន្តិចទៀតមកកែបកំពតវិញ ឪពុកពោលទាំងក្តីព្រួយបារម្ភថា "ទៅឆ្ងាយពេក ពុកមិនហ៊ានបណ្តោយទេ"។ ទីបំផុតនាងក៏បង្ខំឪពុករបស់ខ្លួនឲ្យយល់ព្រមអនុញ្ញាតចំពោះកន្លែងណាដែលនៅជិតៗ។ ឪពុក ពិបាកនឹងបដិសេធជាលើកទីបួន ក៏សុខចិត្តយល់ព្រម។ ការពិតគោលដៅរបស់នាងគឺអាលើកទីបួននេះឯង តែនាងចាប់ផ្តើមពីរឿងតឹង ហើយបន្ថយបន្តិចម្តងៗរហូតដល់ចំណុចដែលខ្លួនចង់បានពិតប្រាកដ។

សូម្បីតែតថ្លៃទំនិញក៏ដូចគ្នាដែរ បើយើងហ៊ានទិញត្រឹមតម្លៃពីរម៉ឺន យើងក៏មិនគួរតថ្លៃឲ្យគេដល់ពីរម៉ឺន ភ្លាមដែរ ព្រោះបើគេមិនលក់ យើងនឹងមិនមានឱកាសតវ៉ាអ្វីទៀតបានឡើយ។

☆ ☆ ☆

☞ *បង្ហាញពីសន្តានចិត្ត គឺបង្ហាញពីការមិនយកប្រៀប*
បង្ហាញពីបំណងពិតប្រាកដក្នុងចិត្ត ឬការជួយឈឺឆ្អាល។
បើអ្នកចេះបង្ហាញពីសន្តានចិត្ត
គូភាគីពិតជាពិបាកក្នុងការបដិសេធ។

៣២

វិធី "ចាញ់ជាព្រះ ឈ្នះជាមារ"

"ចាញ់ដើម្បីឲ្យមានផលជាវិជ្ជមាន នោះគឺជាជ័យជម្នះពិតប្រាកដ"

... បុគ្គលិកលក់ទំនិញនៅក្នុងហាងមួយកន្លែង ត្រូវជួបប្រទះនឹងរឿងដ៏ចង្អៀតចិត្តមួយ...

បុរសម្នាក់កាន់ថ្នាំងដាំបាយអគ្គិសនីដែលប្រើរួចហើយ យកមកដូរដោយនិយាយលើកពីហេតុផលដ៏គ្រោតគ្រាតថា

"យើងទិញទៅ ប្រើមិនទាន់បានមួយខែផង ស្រាប់តែខូច ពួកឯងចេះលក់របស់ហេងស៊យឲ្យយើងកើតដែរ! ឯងត្រូវតែប្ដូរឲ្យយើង!!!"

បុគ្គលិកអ្នកលក់ ព្យាយាមអធិប្បាយដោយក្ដីអត់ធ្មត់ថា

"លោកយករបស់ទៅប្រើយូរហើយ យើងខ្ញុំមិនអាចដូរជូនបានទេ តែយើងខ្ញុំអាចជួសជុលជូនលោកបាន..."

តែបុរសនោះនៅតែគំហកបន្តថា

"ឯងត្រូវតែដូរឲ្យយើង!!! លក់របស់មិនល្អឲ្យគេហើយមិនចង់ដូរឲ្យទៀតឬ? អីក៏ខូចម្លេះ!!!"

ទង្វើមិនគួរគប្បី មិនព្រមស្តាប់ហេតុផល និយាយស្តីគ្មានសុជីវធម៌របស់បុរសនោះ ធ្វើឲ្យមនុស្សម្នាដែលនៅជុំវិញនោះ នាំគ្នាឈរសង្កេតមើល រង់ចាំឲ្យបុគ្គលិកអ្នកលក់ធ្វើអ្វីម្យ៉ាងៗឲ្យបុរសនោះបានភ្ញាក់ខ្លួនខ្លះ កុំឲ្យគេបញ្ចេញសម្តីទាបថោកបែបនេះតទៅថ្ងៃមុខទៀត។

បុគ្គលិកអ្នកលក់ម្នាក់នោះ ទោះបីជារូបគេស្ថិតក្នុងស្ថានភាពជាភាគីមានហេតុផល តែដើម្បីកុំឲ្យមានរឿងឈ្លោះប្រកែកកាន់តែវែងឆ្ងាយ តទៅទៀត ព្រោះថា ទោះជាក្នុងករណីណាក៏ដោយ **"ការឈ្លោះប្រកែកជាមួយអតិថិជន ជាប្រការដែលអ្នករកស៊ីត្រូវជៀសវាង"** *ហេតុនេះទើបគេនិយាយទាំងញញឹមស្ងួត ដោយសម្តីទន់ភ្លន់ទៅវិញថា*

"ថ្នាំងដាំបាយនេះបានប្រើមួយរយៈមកហើយ ឯចំពោះរឿងដែលថាគុណភាពវាអន់ក៏មិនមែនដែរ! តាមបែបបទរបស់យើងខ្ញុំ ករណីនេះពិតជាពុំអាចដូរបានឡើយ! តែមិនអីទេ បើលោកមិនព្រម ខ្ញុំសុខចិត្តចេញលុយផ្ទាល់ខ្លួនសងទៅលោកក៏បានដែរ!" ???

ថាហើយ បុគ្គលិកនោះក៏ដកលុយពីហោប៉ៅខ្លួនចេញមក។ បុរសមុខក្រាស់ក្រឡេកទៅមនុស្សជុំវិញដែលកំពុងឈរមើល គេទទួលអារម្មណ៍ខ្មាសខ្លួនឯង បើនឹងយកលុយរបស់បុគ្គលិកនោះ វាដូចជាហួសហេតុពេក។ គេមិននិយាយស្តីអ្វីទាំងអស់ បែរខ្នងដើរប្រុយបាត់ទៅ។ ឯក្រុមអ្នកឈរមើលនាំគ្នាសើចពីបុរសនោះ និងសរសើរដល់បុគ្គលិកអ្នកលក់នោះថា

"ឯងពិតជាសឿង ហើយឈ្លាសវៃទៀតផង!"

យើងឃើញថា "ទឹកមុខញញឹមនិងការសុខចិត្តបាញ់ប្រៀប" អាច

ហុចលទ្ធផលយ៉ាងល្អប្រសើរ អាចរំងាប់គំនិតពាលគ្មានហេតុផល និងអាច ដោះស្រាយបញ្ហាបានដោយសន្តិវិធី មិនឲ្យរាលដាលវែងឆ្ងាយទៀតផង។

✍... នៅមន្ទីរពេទ្យមួយកន្លែងមានអ្នកជំងឺជាច្រើនប្រជ្រៀតគ្នាណែនក្តិស ពេញមុខបន្ទប់ត្រួតពិនិត្យរោគ។ អ្នកជំងឺម្នាក់ចាំយូរពេកទ្រាំមិនបាន គេក៏ស្ទុះ ទៅគោះទ្វារបន្ទប់ ព្រមទាំងស្រែកឡូឡាថា

"ពួកអស់លោកទាំងអស់គ្នាធ្វើការយ៉ាងម៉េចបានជាបណ្តោយឲ្យគេ មកចាំពេញមុខបន្ទប់ដូច្នេះ ហេតុអីក៏មិនឃើញធ្វើអ្វីសោះអញ្ចឹង? អស់លោក ដឹងទេថា ពួកខ្ញុំនៅមានការងារធ្វើច្រើនទៀតណា!"

ពេលត្រូវប្រឈមមុខនឹងហេតុការណ៍ដូច្នេះ គិលានុបដ្ឋាយិកាម្នាក់ បានព្យាយាមអធិប្បាយយ៉ាងត្រជាក់ថា

"យើងខ្ញុំសុំអភ័យទោសផងចាស! ដែលធ្វើឲ្យអស់លោកចាំយូរ ព្រោះថៃ្ងនេះមានអ្នកជំងឺធ្ងន់ម្នាក់ទើបនឹងចូលមកដល់ លោកវេជ្ជបណ្ឌិតគាត់ កំពុងជួយសង្គ្រោះបន្ទាន់ ខ្ញុំនឹងព្យាយាមទាក់ទងសួរទៅគាត់សាក-លមើល ថាតើពេលណាទើបគាត់អាចចេញមកបាន? សូមអរគុណដល់អស់លោក ទាំងអស់ ដែលបានខំអត់ធ្មត់ក្នុងការរង់ចាំ"

គ្រាន់តែស្តាប់ចប់ បុរសម្នាក់នោះនឹកខ្មាសអៀននឹងខ្លួនឯងជាខ្លាំង គេប្រញាប់សុំទោសគិលានុបដ្ឋាយិកាមកវិញ។

"មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលស្រឡាញ់កិត្តិយសរបស់ខ្លួន តែងចូលចិត្ត ភាពត្រជាក់ទន់ភ្លន់ មិនចូលចិត្តការប្រើអំណាចឬចម៉ក្តៅឡើយ"

គំនិតដែលមានអាយុរាប់ពាន់ឆ្នាំមកហើយនេះ បានសបញ្ជាក់ឲ្យ ឃើញថា មនុស្សតែងរក្សាកិត្តិយសរបស់ខ្លួន មិនព្រមទទួលការមើលងាយ មើលថោកឡើយ។ នេះជាការគិតដ៏ត្រឹមត្រូវបំផុត ប៉ុន្តែប្រការដែលសំខាន់ វាអាស្រ័យនៅលើថា តើយើងចេះប្រើវាដូចម្តេចដើម្បីឲ្យកើតជាប្រយោជន៍?

ឧទាហរណ៍ ដូចជា មានមនុស្សមកបញ្ជាឲ្យយើងធ្វើនេះធ្វើនោះ តាមអំពើចិត្តរបស់គេ ទោះបីជាអ្នកនោះជាអ្នកចេះដឹង រៀនបានខ្ពង់ខ្ពស់យ៉ាងណាក៏ដោយ ការធ្វើរបៀបនេះ វានឹងធ្វើឲ្យគេទទួលចម្លើយមួយដែលខ្លួនមិនចង់ស្ដាប់... គឺពាក្យ "ទេ" នេះឯង។

☆ ☆ ☆

☞ *ភាពទន់ភ្លន់ ឬការចាញ់ប្រៀបក្នុងពេលខ្លះ*
មិនមែនបានន័យថា យើងចុះចាញ់នោះទេ
តែវាជាការសម្ដែងនូវការគិតកម្រិតខ្ពស់ លើសពីគូភាគី
ជាការសម្ដែងនូវសមត្ថភាពខ្ពស់ក្នុងការទទួលខុសត្រូវ។
ក្នុងការចរចាផ្សេងៗ បើម្នាក់ៗចង់យកតែត្រូវរៀងខ្លួន
ការចរចានោះពិតជាពិបាកនឹងចុះសម្រុងគ្នាណាស់
"ចាញ់ជាព្រះ ឈ្នះជាមារ" ជាវិធីរបស់មនុស្សឆ្លាត
ព្រោះថា ពេលណាគេគិតឃើញឡើងវិញ
អ្នកឈ្នះក្នុងពេលនោះ ពិតជានៅមិនសុខ
វិចារណញ្ញាណនឹងបង្ខំឲ្យគេចុះចាញ់នៅថ្ងៃណាមួយជាមិនខាន
ទីបំផុត "មារ" នៅតែចាញ់ជាដដែល។

ហេតុផលនៃការអភ័យទោស
គឺដើម្បីជាប្រយោជន៍សម្រាប់ខ្លួនឯង ដើម្បីសុខភាពខ្លួនឯង
ព្រោះបើរំលងវាចោល យើងនឹងត្រូវព្យាបាលវាមកវិញ
បើយើងជាប់ជំពាក់នឹងកំហឹង យើងនឹងឈប់រីកចម្រើន
ឯចិត្តរបស់យើងក៏កាន់តែចង្អៀតផងដែរ។

The reason to forgive is your own sake,
for your own health.
Because beyond that point needed for healing,
if we hold onto our anger, we stop growing
and our souls begin to shrivel.

ម៉ិច ស្កុត ភិក – M. Scott Peck (1936-)
អ្នកនិពន្ធផ្នែកចិត្តវិទ្យា សញ្ជាតិអាមេរិក

សូមកុំនិយាយថាសង្គមរីកចម្រើនមានផាសុកភាពឱ្យសោះ
ដរាបណាសមាជិកភាគច្រើននៃសង្គម
នៅតែក្រលំបាកតោកយ៉ាកនៅឡើយនោះ។

No society can be flourishing and happy,
of which the far greater part of the members
are poor and miserable.

អាដាម ស្មិត – Adam Smith, (1723-1790)

The Scottish economist who taught logic and morals.

៩៩៩៩

៣៣

កូនចៅ និង ចៅហ្វាយនាយ

"មនុស្សត្រូវការអ្នកដឹកនាំដែលមានសមត្ថភាពនិងគុណធម៌

អ្នកដឹកនាំត្រូវការអ្នកដើរតាមនិងជួយកែលម្អ"

... ទោះបីជាមនុស្សគ្រប់រូបត្រូវមានសិទ្ធិស្មើគ្នាតាមផ្លូវច្បាប់ តែរឿងចៅហ្វាយនាយ ពិតជាមិនគួរប្រដូចទៅនឹងមិត្តភក្តិរមការងារនោះឡើយ។ មនុស្សមានក្មេងមានចាស់ មានបងមានប្អូន មានមុនមានក្រោយ មានមេមានកើយ គឺជារឿងធម្មតា។

បែបបទជាដំបូងៗរបស់មនុស្សគឺ ក្មេងត្រូវគោរពចាស់ ប្អូនត្រូវគោរពបង កូនចៅត្រូវគោរពមេកើយ។ ឯរឿងដែលថា ចាស់ៗឬអ្នកធំត្រូវតបស្នងមកអ្នកតូចវិញដូចម្តេច វាគឺជារឿងដោយឡែកមួយទៀត។

ក្នុងប្រព័ន្ធរដ្ឋបាល មិនថាជាក្នុងក្រុមហ៊ុន ឬក្នុងជួររដ្ឋាភិបាល វាតែងតែមានការគ្រប់គ្រងត្រួតត្រាពីលើគ្នាទៅតាមលំដាប់ជាន់ថ្នាក់ ដើម្បីឲ្យងាយស្រួលចាត់ចែងកិច្ចការដ៏ច្រើនសន្ធឹកសន្ធាប់ ដែលគេត្រូវប្រឈម។

កូនចៅ ត្រូវនៅក្រោមការបង្គាប់បញ្ជារបស់ចៅហ្វាយនាយ។ ការធ្វើការងារជាមួយចៅហ្វាយនាយ កូនចៅគួរតែប្រយ័ត្នប្រយែងផងដែរ មិនថាជាការសន្ទនាតាមធម្មតាឬការធ្វើរបាយការណ៍ផ្សេងៗ សុទ្ធតែជារឿងដែលត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ក្នុងការប្រើពាក្យសម្ដីឲ្យបានសមរម្យ ជាពិសេសពាក្យសម្ដីមួយចំនួនដែលអាចធ្វើឲ្យចៅហ្វាយនាយមិនពេញចិត្ត។ អ្វីដែលខ្ញុំចង់និយាយក្នុងពេលនេះ មិនមែនចង់សំដៅទៅលើការបំពេញចិត្តចៅហ្វាយទាំងងងឹតងងល់ ឬដើម្បីផលប្រយោជន៍អ្វីក៏មិនមែនដែរ តែដើម្បីឲ្យយើងចេះប្រើសម្ដីទៅតាមភាពសមរម្យ ស្របទៅតាមកាលៈទេសៈតែប៉ុណ្ណោះ។

ខ្ញុំសុំរៀបរាប់នូវប្រការមួយចំនួនដូចតទៅ ៖

១-កុំទម្លាក់កំហុសត្រង់ៗទៅលើចៅហ្វាយនាយ

ឧទាហរណ៍ អ្នកឆ្លោយមាត់និយាយថា “ហួសពេលអស់ហើយ”។

អត្ថន័យរបស់យើងចង់បញ្ជាក់ថា ចៅហ្វាយសម្រេចចិត្តយឺតពេកដែលជាហេតុធ្វើឲ្យការងារត្រូវខូចខាត។ បើចៅហ្វាយស្ដាប់ពាក្យសម្ដីនេះគេនឹងទទួលអារម្មណ៍ថាជាការបង្កប់ន័យទិតៀនមកលើខ្លួន និងប្រៀបដូចជាចង់ស្ដីបន្ទោសថា “ហេតុអីក៏មិនព្រមធ្វើឲ្យលឿនជាងនេះ?”។

ការនិយាយបែបនេះ បើសិនជាក្នុងការនិយាយលេងធម្មតា វាមិនមានធ្ងន់ធ្ងរអ្វីទេ តែបើក្នុងការងារវិញ វាអាចនឹងធ្ងន់ធ្ងរបន្តិច។

ក្នុងករណីនេះ អ្នកអាចនិយាយពាក្យដែលស្រាលជាងនេះបន្តិចដូចជា “លោកនាយ ប្រសិនបើយើងមានពេលវេលាអាចសម្រេចបានលឿនជាងនេះបន្តិចប្រហែលជាល្អប្រសើរ”។ ប្រយោគទាំងពីរយ៉ាងនេះ មានន័យប្រហាក់ប្រហែលគ្នា តែប្រយោគខាងក្រោយស្ដាប់ទៅវាជាការទម្លាក់ទម្ងន់ទៅលើ “ការមិនមានពេលវេលា” ទៅវិញ ហើយពេលនោះ ចៅហ្វាយគេនឹងយល់ពីកំហុសដោយខ្លួនឯង មិនចាំបាច់កូនចៅទៅបន្ថែមបន្ថយឡើយ។

២-កុំបដិសេធបំបាក់មុខចៅហ្វាយ

ឧទាហរណ៍ ចៅហ្វាយបែងចែកការងារឲ្យធ្វើ តែយើងបែរជាឆ្លើយថា "ធ្វើអញ្ចឹងមិនកើតទេ!"។

នេះជាការបំបាក់មុខចៅហ្វាយ ក្នុងបំណងរិះគន់ថា ចៅហ្វាយចេះតែប្រើទាំងទទឹងទិស មិនព្រមគិតឲ្យបានវែងឆ្ងាយទេ និងម្យ៉ាងទៀតវាក៏បង្ហាញឲ្យឃើញផងដែរថាខ្លួនយើងមិនចង់ទទួលភារកិច្ច ឬមួយថា ខ្លួនយើងជាមនុស្សទន់ជ្រាយ មិនទាន់សាកល្បងធ្វើផងក៏ចុះចាញ់មុនបាត់ទៅហើយ។

ការនិយាយបែបនេះ ធ្វើឲ្យចៅហ្វាយ "ស្ទះ" និយាយមិនចេញ ឯលទ្ធផលចុងក្រោយវាមុខតែ"ឡូង"មកលើខ្លួនឯងវិញជាមិនខាន។

៣-ពាក្យខ្លះមិនមែនជាពាក្យដែលកូនចៅត្រូវនិយាយ

ឧទាហរណ៍ "ចៅហ្វាយធ្វើឲ្យខ្ញុំពេញចិត្តខ្លាំងណាស់!"

ប្រយោគបែបនេះ វាសមតែជាប្រយោគដែលអ្នកធំនិយាយមករកអ្នកតូច មិនមែនអ្នកតូចត្រូវនិយាយបែបនេះទៅរកអ្នកធំនោះទេ។

អ្នកអាចនិយាយអ្វីដែលល្អជាងនេះ ដូចជា

"ខ្ញុំជឿជាក់លើចៅហ្វាយ" ឬ "ខ្ញុំមានការកក់ក្ដៅ..." ឬមួយ

"សូមសម្ដែងការដឹងគុណអំពីទឹកចិត្តជ្រះថ្លា..." ។ល។

៤-ជៀសវាងពាក្យខ្លីកំបុតកំបុយ

ឧទាហរណ៍ "ខ្ញុំដឹងមិនច្បាស់ទេ!"

"ធ្វើមិនបានក៏ហីទៅ!"

"អ្នកនេះមិនកើត នៅមានអ្នកផ្សេងទៀត!"

ប្រយោគទាំងនេះ បង្ហាញពី "ភាពខ្វះការគោរព" ដល់មេកើយ។ អ្នកគួរប្រើប្រយោគឲ្យបានស្រាល ឬបានវែងជាងនេះបន្តិចទើបល្អ។

៥-ពាក្យ "យ៉ាងម៉េចក៏បានដែរ"... ???

ការដែលយើងឆ្លើយជាមួយមេកើយថា "យ៉ាងម៉េចក៏បានដែរ" វាជាការបង្ហាញឲ្យឃើញថា យើងមិនយកចិត្តទុកដាក់លើបញ្ហាដែលចៅហ្វាយលើកយកមកនិយាយ ឬជាការមិនផ្តល់ការគោរពដល់ចៅហ្វាយ ហើយម្យ៉ាងទៀត វាក៏ជាការបញ្ជាក់ថា យើងព្រងើយកន្តើយនឹងភារកិច្ចដែលខ្លួនត្រូវទទួលខុសត្រូវផងដែរ។

៦-ខ្លាចញញើតជ្រុលពេក ក៏ពុំមានផលល្អដែរ

ក្នុងការនិយាយស្តីជាមួយចៅហ្វាយនាយ ថ្វីត្បិតតែយើងគួរប្រុងប្រយ័ត្ន ឬផ្តល់ការគោរព តែយើងត្រូវហ្វឹកហាត់សរិយាបថរបស់យើងឲ្យវាមានដំណើរទៅតាមធម្មជាតិ ផ្ទុយទៅវិញ បើយើងទៅជាខ្លាចញញើតជ្រុលហួសហេតុពេក ចៅហ្វាយនាយនឹងវាយតម្លៃថា យើងជាមនុស្សទន់ជ្រាយ ហើយគេមុខជាមិនហ៊ានប្រគល់កិច្ចការសំខាន់ៗដាក់ឲ្យយើងធ្វើឡើយ។

✍... លើកកម្លាំងចិត្តកូនចៅ

មានមនុស្សជាច្រើនដែលប្រកាន់យកគោលការណ៍

"លើកទូលអ្នកធំ ជាន់កអ្នកតូច"

នេះជាកំហុសដ៏ធ្ងន់ធ្ងរបំផុត។

ជាទូទៅ អ្នកមានឋានៈខ្ពស់ ពេលទៅណាមកណា តែងតែមានមនុស្សនាំគ្នាលើកជើង គោរព ប្រណិប័តន៍ ស្ទើរតែទៅជារឿងធម្មតាពេកណាស់ទៅហើយ។ ដូច្នេះការជួបនឹងរឿងដដែលៗបែបនេះ គាត់មិនសូវជាមានអារម្មណ៍រីករាយ ឬសោមនស្សអ្វីប៉ុន្មានទេ។ ផ្ទុយទៅវិញ ការដែលអ្នកធំយកចិត្តទុកដាក់លើកសរសើរអ្នកតូច គឺជារឿងដែលកើតមានដោយកម្រ។ ការដែលមិនងាយបានជួបដូច្នេះ បើពេលអ្នកធំមកលើកទឹកចិត្តម្តងៗ អ្នកតូច

គាត់អរសើងហើបគូទពីដី។ នេះជារឿងមានប្រយោជន៍បំផុតដែលអស់លោកអ្នកធំគួរតែជ្រាប។

ការវាយបូកសម្ដែងពីអំណាចឥទ្ធិពលក្នុងកន្លែងធ្វើការ ពាក្យសម្ដីម៉ាត់ៗ ទឹកមុខមាំគួរឲ្យស្ញើមដាក់កូនចៅ សុទ្ធតែក្នុងគោលដៅចង់ឲ្យពួកគេយកចិត្តទុកដាក់ធ្វើការងារនោះឯង។ តែតាមខ្ញុំយល់ ការធ្វើដូច្នេះប្រហែលជាមិនឈ្នះក្ដីមេត្តាករុណា ការយល់ចិត្តយល់ថ្លើម ឬការលើកកម្លាំងចិត្តដល់ពួកគេនោះឡើយ។

ការបន្ទាបខ្លួនឲ្យជិតស្និទ្ធនឹងកូនចៅ លើកសរសើរពីនេះពីនោះបន្តិចបន្តួច មិនបានធ្វើឲ្យចៅហ្វាយនាយទាបថោកអ្វីទេ តែវាជាទង្វើទៅតាមបែបបទធម្មជាតិ ធ្វើឲ្យកូនចៅកាន់តែគោរព និងមានភក្ដីភាពទ្វេឡើង។

បើបានចៅហ្វាយសរសើរតែពីរបីម៉ាត់ អ្នកខ្លះច្រាញ់បាយ១អាទិត្យថែមទាំងលើកសរសើរការពារចៅហ្វាយគ្រប់បែបយ៉ាង ហើយអាចនឹងចងចាំលោកអ្នកថាជាចៅហ្វាយដ៏ល្អពេញមួយជីវិតរបស់គេទៀតផង។ នាថ្ងៃមុខទោះជាកិច្ចការខ្លះត្រូវប្ដូរជីវិត ក៏គេព្រមធ្វើដើម្បីចៅហ្វាយដែរ។ អ្នកមានឋានៈតូចទាបតែងខំប្រឹងប្រែងយ៉ាងអស់ពីចិត្តពីថ្លើមដើម្បីតបស្នងចៅហ្វាយ។ ហេតុនេះ អស់លោកអ្នកធំដែលឆ្លាត គេនឹងមិនមើលរំលងរឿងនេះឡើយ តែសុំកុំបញ្ចេញច្រើនពេក វាអាចនឹងក្លាយទៅជាពុំសូវមានតម្លៃ ???

✍... កូនចៅឆ្លាត ចង់កែលម្អចៅហ្វាយនាយ... ???

នារីម្នាក់ធ្វើការបានល្អ នាងជាមនុស្សឆ្លាត មានសមត្ថភាពខ្ពស់មានស្នាដៃច្រើនរាប់មិនអស់ តែនាងនៅតែមិនបានឡើងតំណែង។

ថ្ងៃមួយ នាងបានប្រកែកតវ៉ាជាមួយចៅហ្វាយនាយអំពីរឿងនេះ។ ទាំងពីរនាក់ប្រកែកយកឈ្នះតែរៀងខ្លួន ធ្វើឲ្យស្ថានការណ៍ទៅជាតានតឹង។

ក្រោយពីហេតុការណ៍នោះកើតឡើង នាងត្រូវរងនឹងការគាបសង្កត់ រហូតដល់មិនអាចទ្រាំធ្វើការតទៅទៀតបាន។ ទីបំផុត នាងក៏លាឈប់ពីការងារ។

តើដោយមូលហេតុអ្វី???

នាងជាមនុស្ស **"ឆ្លាត តែមិនចេះធ្វើល្ងង់"**

មានជំនាញក្នុងការងារ "តែមិនចេះស្វែងយល់ពីមនុស្ស"។

ក្នុងសង្គមយើងសព្វថ្ងៃ មានមនុស្សច្រើនណាស់ដែលមានចំណេះវិជ្ជាពេញខ្លួន មានសមត្ថភាពខ្ពស់ តែចូលជាមួយគេឯងមិនសូវចុះ ព្រោះគេអាងវិជ្ជា អាងទ្រព្យ លើកតម្កើងខ្លួនឯង វាយឫកខ្ពស់ មើលងាយអ្នកដទៃ។ នេះជាមូលហេតុមួយដែលធ្វើឲ្យចៅហ្វាយនាយមិនសូវពេញចិត្ត ហើយវាក៏នឹងរុញគេឲ្យធ្លាក់ទៅក្នុងផ្លូវទាល់ច្រកមួយ ដែលបិទខ្លួនឯងមិនឲ្យរីកចម្រើន។

ការនិយាយបែបនេះមិនមែនមានន័យថា យើងម្នាក់ៗត្រូវតែអត់ធ្មត់នាំគ្នាដើរគេចចេញពីទំនាស់ផ្សេងៗជារៀងរហូតនោះទេ។ ប្រសិនបើម្នាក់ៗអង្គុយចាំតែងក់ក្បាលរហូត អ្នកធំថាម៉េច ក៏ចេះតែធ្វើតាមទាំងធ្មេចភ្នែកនោះ ការងារក៏មិនបានរីកចម្រើនប៉ុន្មានដែរ។ អ្វីៗលើលោក មិនអាចនៅស្ងៀមមួយកន្លែងនោះទេ... ***"វាត្រូវតែបត់បែនទៅរកអ្វីដែលប្រសើរជាងមុន"*** ។

ចៅហ្វាយ គឺជាមនុស្សម្នាក់មានការគិតមួយបែប ឯកូនចៅមានរាប់សិបនាក់ឬរាប់រយពាន់នាក់ ដូច្នេះការគិតរបស់កូនចៅ ក៏មានរាប់សិបរាប់រយ រាប់ពាន់ម៉ឺនអញ្ចឹងទៅដែរ។ ក្នុងបណ្តាការគិតទាំងអស់នោះ មានការគិតខ្លះ ***"មើលឃើញឆ្ងាយជាងចៅហ្វាយ"*** តែវាសំខាន់នៅត្រង់ថា តើយើងត្រូវផ្លាស់ប្តូរគំនិតចៅហ្វាយដោយវិធីណាដើម្បីកុំឲ្យមានទំនាស់?

ការដែលអ្នក ចេះប្រើវិធីដោះស្រាយទំនាស់ គឺជារឿងមួយដែលមានឥទ្ធិពលក្នុងរយៈពេលខ្លីប៉ុណ្ណោះ។ ប៉ុន្តែអ្នកត្រូវចេះសម្លឹងឲ្យបានវែងឆ្ងាយ

ផងដែរថា តើរូបអ្នកមានសេចក្ដីសុខ ឬត្រូវបានគេផ្ដល់តម្លៃយ៉ាងសក្ដិសមដែរឬទេ?...ប្រសិនបើអ្នក ទទួលអារម្មណ៍ថា ខ្លួនមិនត្រូវបានគេផ្ដល់តម្លៃ ហើយចៅហ្វាយនៅតែធ្វើមិនដឹងមិនឮ នោះគឺជាការបង្ហាញឲ្យឃើញថា

ចៅហ្វាយរបស់អ្នក គ្មានគុណសម្បត្តិជាអ្នកដឹកនាំដ៏ល្អទេ។

នេះជាករណីដែលអ្នកត្រូវត្រិះរិះបន្ថែមទៀតថា គួរធ្វើយ៉ាងណា? តើគួរតស៊ូឬគួរដកថយ? ពេលនេះ យើងត្រូវតែជ្រើសរើសយកអ្វីមួយ។

ការជ្រើសរើសអ្វីៗប្រកបដោយវិចារណញ្ញាណ មិនលម្អៀង វានឹងធ្វើឱ្យអ្នក ក្លាយជាមនុស្សម្នាក់ពេញលេញគ្រប់លក្ខណៈ។

ក្នុងករណីដែលយើងមានគំនិតខុសប្លែកពីចៅហ្វាយ តើយើងត្រូវធ្វើដូចម្ដេចដើម្បីឲ្យចៅហ្វាយមានអារម្មណ៍ថា ***"មិនបំពារបំពាន"?***

មតិយោបល់មួយចំនួនខាងក្រោមនេះ អាចនឹងមានប្រយោជន៍ខ្លះ នៅពេលដែលលោកអ្នកមានបំណងចង់ផ្លាស់ប្ដូរគំនិតរបស់ចៅហ្វាយនាយ។

១- មិនត្រូវធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់កិត្តិយសចៅហ្វាយនាយ

អ្នកត្រូវគិតជាមុននូវពាក្យខ្លះ ឬវិធីខ្លះដែលអាចធ្វើឲ្យប៉ះពាល់ដល់កិត្តិយសរបស់ចៅហ្វាយនាយ ដូចជាការលើករឿងចៅហ្វាយមកបង្អាប់នៅចំពោះមុខមិត្តភក្ដិ ឬការចង់សម្ដែងថាខ្លួនអស្ចារ្យជាងចៅហ្វាយជាដើម។

នេះជាប្រការដែលអ្នកត្រូវជៀសវាង។

២- ស្វែងយល់ពីនិស្ស័យរបស់ចៅហ្វាយនាយឱ្យបានច្បាស់លាស់

ការយល់ពីនិស្ស័យរបស់ចៅហ្វាយ គឺជារឿងសំខាន់។ យើងត្រូវដឹងជាមុនថា ចៅហ្វាយជាមនុស្សបែបណា? ជាមនុស្សតឹងរ៉ឹង? ជាមនុស្សស្រឡាញ់កិត្តិយស? ជាអ្នកចូលចិត្តលេងសើច? ឬជាអ្នកប្រកាន់បែបបទ? តើយើងគួរបង្ហាញពីគំនិតរបស់យើងដោយវិធីណាដើម្បីតម្រូវទៅតាមនិស្ស័យ

របស់ចៅហ្វាយ ដូចជាផ្ញើជាលិខិតសរសើរផង បន្ថែមបន្ទុយផង និយាយលេងបែបកំប្លែង និយាយដោយត្រង់ និយាយបន្ទុយទុកឲ្យគាត់គិត ។ល។

៣- ជ្រើសរើសកាលៈទេសៈ មុនពេលចូលទៅជួបចៅហ្វាយ...

អ្នកគួរសួរទៅលេខារបស់គាត់ថា តើពេលនេះគាត់កំពុងតែមានអារម្មណ៍បែបណា? មានអារម្មណ៍ល្អដែរឬទេ? ឬមួយបើគាត់ពុំមានលេខាទេនោះ អ្នកក៏គួរស្វែងយល់ពីពេលវេលាសំខាន់ៗខ្លះដូចជា ៖

- គាត់កំពុងបង្ហើយការងារ
- គាត់កំពុងតែមមាញឹក
- រៀបដល់ពេលបាយ
- មុនពេលសម្រាក ឬក្រោយពេលសម្រាកបន្តិច។

ពេលវេលាទាំងនេះ មិនមែនជាពេលដ៏សមគួរឡើយ។

៤- សម្រួលអារម្មណ៍ខ្លួនឯងឱ្យបានស្រួលសិន

បើខ្លួនឯងមិនទាន់មានអារម្មណ៍ល្អទេ ទើបតែមានរឿងខឹង ក្តៅក្រហាយថ្មីៗ អ្នកអាចនឹងទៅបង្កឲ្យចៅហ្វាយមោហោជាមួយ។ ពេលកំពុងតែខឹង អ្នកអាចនឹងនិយាយពាក្យ“អគតិ”ខ្លះៗដោយជៀសពុំរួច នេះជាប្រការដែលធ្វើឲ្យចៅហ្វាយពុំសូវជឿជាក់លើគំនិតរបស់អ្នក។ ហេតុនេះអ្នកត្រូវសួរខ្លួនឯងសិនថា តើយើងមានអារម្មណ៍ស្ងប់ហើយឬនៅ? តើយើងបានជម្រះភាពអគតិចេញពីក្នុងចិត្តអស់ហើយឬនៅ? អស់អត្តាពីក្នុងខ្លួនហើយឬនៅ?

៥- វិធីទូទៅ “រត់តាមហើយទាញ”

គោដែលកំពុងតែបោល អ្នកមិនអាចបញ្ឈប់ឲ្យវាឈប់ង៉ក់បានទេ អ្នកត្រូវតែរត់តាមវាឲ្យអស់ខ្យល់សិន ទើបអាចទាញវាឲ្យត្រឡប់ក្រោយបាន។ យ៉ាងណាមិញ យើងមិនគួរបដិសេធគំនិតរបស់គេទាំងដុលនោះឡើយ យើងគួរលើកពីចំណុចល្អមួយចំនួនមកនិយាយជាមុន រួចហើយបញ្ចូលគំនិតថ្មីៗ

បន្តិចម្តងៗ។ បើអ្នកមិនទុកច្រកឲ្យគេទេ គេក៏មិនទុកច្រកឲ្យអ្នកវិញដែរ។ នេះជាវិធីដែលគេនិយមប្រើច្រើនជាងគេបំផុត។

៦- បង្ហាញឱ្យឃើញជាក់ស្តែងពីផលចំណេញឬផលប៉ះពាល់

មនុស្សឈ្លាសវៃតែងមានសតិជានិច្ចក្នុងការធ្វើអ្វីទីមួយៗ។ គេតែងមានការឈ្វេងយល់ពីផលចំណេញ និងផលប៉ះពាល់អំពីកិច្ចការទាំងនោះ។ ចៅហ្វាយដែលឆ្លាត គេនឹងចាប់យល់បំផុតអំពីរឿងនេះ។ ហេតុនេះ បើអ្នកចេះបកស្រាយបានល្អ ត្រូវតាមកាលៈទេសៈ អ្នកពិតជាធ្វើបានសម្រេច។

៧- មានទឹកចិត្តបរិសុទ្ធ + ភាពឈ្លាសវៃ

ទឹកចិត្តបរិសុទ្ធ ជាតម្លៃដែលមិនអាចកាត់ថ្លៃបានរបស់មនុស្ស។

អ្វីដែលអ្នកចង់កែប្រែផ្លាស់ប្តូរ វាត្រូវចេញពីទឹកចិត្តបរិសុទ្ធរបស់អ្នក មិនមានបង្កប់ផលប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន មិនមែនដើម្បីកាច់កុង មិនមែនដើម្បីចង់បានសគុណអ្វី តែដើម្បីផលប្រយោជន៍រួមរបស់ក្រុមហ៊ុនឬស្ថាប័ន។

☞ *ចៅហ្វាយនាយមិនមែនអាទិទេព ដែលត្រូវគ្រប់យ៉ាងនោះទេ*
មានពេលខ្លះ ចៅហ្វាយក៏ភ្នែកស្អុយអញ្ចឹងដែរ
កូនចៅ ថ្វីត្បិតតែត្រូវចេះគោរពចៅហ្វាយនាយ
តែអ្នកក៏មិនត្រូវដើរតាមទាំងធ្មេចភ្នែកនោះឡើយ។
សង្គមត្រូវការមនុស្សឈ្លាសវៃ មានសតិបញ្ញា
ទន់ភ្លន់ តែមិនទន់ជ្រាយ រឹងប៉ឹង តែមិនរឹងរូស។
អ្នកត្រូវរក្សាញាណមួយដោយខ្លួនឯង សម្រាប់ដឹងខុសត្រូវ
ចេះកែលម្អ ដើម្បីបោះជំហានទៅរកផ្លូវដែលប្រសើរជាងមុន។

ការស្មើភាពដ៏ស្រស់ត្រកាលតាមផ្លូវច្បាប់គឺ
ហាមទាំងអ្នកក្រអ្នកមាន កុំឱ្យដេកក្រោមស្ពាន
ហាមសុំទានតាមថ្នល់ និងហាមលួចនំប៉័ង។

The majestic egalitarianism of the law, which
forbids rich and poor alike to sleep under bridges,
to beg in the streets, and to steal bread.

អាណាតូល ហ្វ្រង់ - Anatole France
(1844-1924)

៣៤

ក្បាច់ "រុញស៊ីក្លូបញ្ចូលឡាន"

« ត្រូវចេះយកចំណុចខ្សោយធ្វើជាអាវុធ »

✍... **"ភ្នំខ្ពស់នៅទាបជាងស្មៅ"**... មនុស្សយើង ថ្វីត្បិតតែមិនអាចប្រៀបឲ្យស្មើគ្នាបានផ្នែកទ្រព្យសម្បត្តិ អំណាចបារមី តែភាព ***"ឈ្លាសវៃ"*** គឺជារឿងដែលយើងអាចរៀនសូត្រ ហ្វឹកហាត់បាន។ អ្នកទន់ខ្សោយ អាចមានវិធីខ្លះសម្រាប់យកឈ្នះអ្នកខ្លាំង ដូចជាការ "ជួយរុញស៊ីក្លូ" តែមិនមែនរុញឲ្យល្អមើលអ្វីទេ គឺរុញបញ្ចូលឡានតែម្ដង។

ក្នុងសម័យលោក **អាប្រាហាម លិងខូលន៍** ឈរឈ្មោះបោះឆ្នោតធ្វើប្រធានាធិបតីសហរដ្ឋអាមេរិក (លិងខូលន៍ទៀត?) គូប្រជែងរបស់គាត់គឺលោក **ស្ទីហ្វែន អេ ឌូក្លាស** ជាអ្នកដែលចេញពីត្រកូលអ្នកមានខ្ពង់ខ្ពស់ ព្រមទាំងជាត្រកូលដែលធ្លាប់បានតស៊ូក្នុងការទាមទារឯករាជ្យ ដល់សហរដ្ឋ

អាមេរិកទៀតផង។ ចំណែកលោក លិងខូលន៍ គាត់ចេញពីត្រកូលអ្នកក្រីក្រ ជួងកាត់ការលំបាកផ្សេងៗរាប់មិនអស់។

មូលហេតុនេះ ធ្វើឲ្យលោកឌូក្លាស់ ជាន់ឈ្លីមើលងាយមើលថោក លោកលិងខូលន៍ជាខ្លាំង។ គាត់ដៀលលោកលិងខូលន៍ថា ជាអ្នកដែលមានមុខអាក្រក់ដូចអារ៉ូច (ដូចស្វា) មានកំណើតពីត្រកូលទាបថោក។ ឌូក្លាស់ធ្វើមុខញញឹមញញែម កាច់រាងបង្អួតមហាជនថា តំណែងប្រធានាធិបតី សមគួរតែធ្លាក់មកលើបុរសសង្ហាដោយសារលើអ្វ "ឌូក្លាស់" យ៉ាងពិតប្រាកដ គ្មានរឿងអីត្រូវចាញ់នោះទេ លិងខូលន៍មិនសមជាគូប្រជែងរបស់គេឡើយ។

ដើម្បីបង្អួតអំពីឥទ្ធិពលរបស់ខ្លួន ពេលចេញដំណើរឃោសនាម្ដងៗ លោក ឌូក្លាស់ តែងប្រើក្បួនរថភ្លើងពិសេស តុបតែងយ៉ាងថើតថាយ។ បើទៅដល់ទីក្រុងណាមួយ គេតែងបាញ់កាំភ្លើងជ័យ ២៨គ្រាប់ ដើម្បីសម្ដែងក្ដីអបអរសាទររបស់ខ្លួន។ ចំណែកលោក លិងខូលន៍ ពេលចេញឃោសនាតាមទីក្រុងផ្សេងៗ គាត់មានត្រឹមតែរទេះសេះកញ្ចាស់ៗតែប៉ុណ្ណោះ។

ឆ្លើយតបនឹងពាក្យរបស់លោកឌូក្លាស់ ដែលដៀមដាមដៀលត្មះឲ្យខ្លួនថា មានរូបរាងមុខមាត់អាក្រក់ វង្សត្រកូលទាបថោក គ្មានសិរីសួស្ដីសព្វបែបសព្វយ៉ាងនោះ លោក លិងខូលន៍ បានបកស្រាយទៅវិញថា

"ជាការពិតណាស់ ខ្ញុំមានមុខមាត់មិនស្អាតដូចលោកឌូក្លាស់ទេ គាត់កើតមកពីគ្រួសារអ្នកមាន មានសម្លៀកបំពាក់ល្អៗ អាហារពិសេសៗ មានបុគ្គលិកលក្ខណៈប្រហាក់ប្រហែលទៅនឹងអ្នកខ្ពង់ខ្ពស់នៅអង់គ្លេសពិតៗ។

ចំណែករូបខ្ញុំជាអ្នកក្រ ក្រស្ទើរតែគ្មានទ្រព្យសម្បត្តិអ្វីបន្តិចសោះ។ ខ្ញុំមានត្រឹមតែបន្ទប់តូចមួយ មានគ្រែមួយ តុកៅអីមួយមុខមួយ ក្រៅពីនេះគឺប្រពន្ធហើយនិងកូនស្រីរបស់ខ្ញុំប៉ុណ្ណោះ ខ្ញុំពុំមានអ្វីក្រៅពីនេះទៀតទេ... ពួកគេ គឺជាជីវិតរបស់ខ្ញុំ។

ខ្ញុំគិតថា មនុស្សដែលមួយជីវិតមិនធ្លាប់ស្គាល់អ្វីដែលហៅថា ការអត់ឃ្លានដូចជាលោកឌូក្លាស់នេះ គាត់គ្មានថ្ងៃនឹងដឹងឲ្យបានពិតប្រាកដថា ការលំបាកតោកយ៉ាករបស់មនុស្សវាយ៉ាងដូចម្ដេចឡើយ។ គាត់មានអាហារឆ្ងាញ់ៗ សម្លៀកបំពាក់ល្អៗ គាត់មិនអាចដឹងអំពីការអត់ឃ្លាន ការក្ដៅរងា ការលំបាកវេទនារបស់ប្រជាជនដូចម្ដេចនោះទេ។ គេធ្លាប់នៅលើទីដែលខ្ពស់ៗ តើគេអាចដឹងសុខទុក្ខអ្នកនៅទីទាបៗដូចពួកយើងនេះបានទេ?

វាជាការពិតហើយដែលថា ខ្ញុំវាមិនសង្ហា ខ្ញុំវាក្រ ខ្ញុំវាគ្រាន់តែជាប្រជាជនសាមញ្ញម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ តែចំណុចដែលខ្ញុំមានប្រៀបខ្លាំងជាងពួកគេនោះ គឺអ្វីដែលខ្ញុំដឹង ហើយពួកគេមិនដឹង។ លោកអ្នកពិចារណាមើលចុះថា អ្នកដែលមិនធ្លាប់ដឹងពីក្ដីទុក្ខលំបាកដ៏ពិតប្រាកដរបស់ប្រជាជន តើគេនឹងអាចមកធ្វើជាប្រធានាធិបតីបានដែរឬទេ? តើគេចេះធ្វើអ្វីខ្លះដើម្បីប្រជាជន?

ពេលប្រកាសលទ្ធផល លិងខូលនឈ្នះឌូក្លាស់។ គាត់ត្រូវបានតែងតាំងជាប្រធានាធិបតីទី១៦ នៃសហរដ្ឋអាមេរិកយ៉ាងពេញលេញ។

ក្នុងការឃោសនា គាត់តែងលើកសរសើរអំពីឋានៈវង្សត្រកូលរបស់លោកឌូក្លាស់ អំពីបុគ្គលិកលក្ខណៈល្អៗថា វាសមគួរនឹងក្លាយទៅជាប្រធានាធិបតីផងដែរ។ បន្ទាប់ពីនោះគាត់ក៏សាប់ម្រុយៗ ឬដូចជាវុញស៊ីក្ដូបញ្ចូលឡានអញ្ចឹងដែរ "តើអ្នកអាចជ្រើសរើសមនុស្សដែលមិនធ្លាប់ដឹងពីសុខទុក្ខរបស់ខ្លួនបន្តិចណាសោះ ឲ្យធ្វើជាប្រធានាធិបតីកើតដែរឬទេ?"។

☞ *រឿងនេះ សម្រាប់អ្នកដែលគិតមិនសូវលម្អៀង*
គ្មានពាក់ព័ន្ធនឹងផលប្រយោជន៍ផ្សេងៗ
គេច្បាស់ជាអាចពិចារណាទៅតាមវិចារណញ្ញាណ
ឬតាមគោលការណ៍ហេតុផលបានត្រឹមត្រូវជាមិនខាន។

ចូរនិយាយពីអ្វីដែលមានប្រយោជន៍ដល់អ្នកស្តាប់
បើអ្នកនិយាយតែពីរឿងខ្លួនឯង
អ្នកស្តាប់គេនឹងគិតថា
អ្នកជាតួកំប្លែង ឬជាតួកម្សត់ ឬជាមនុស្សត្រប៉ែ។

៣៥

និយាយក្នុងចំណោមមហាជន

«ភាសាខ្លីៗតែមានន័យច្បាស់ ជាសិល្បវិធីដ៏សំខាន់បំផុត»

✍... ជាញឹកញាប់ណាស់ដែលលោកអ្នកមួយចំនួនត្រូវបានគេអញ្ជើញឲ្យនិយាយភ្លាមៗក្នុងទីប្រជុំជន ឬក្នុងចំណោមមហាជនធំៗ។ ការប្រចុចញ៉ូចបែបនេះ ប្រសិនបើអ្នកធ្លាប់ឆ្លងកាត់ជាញឹកញាប់មកហើយ វាពិតជាពុំសូវមានបញ្ហាអ្វីប៉ុន្មានទេ្បីយ។ ប៉ុន្តែសម្រាប់អ្នកដែលមិនពូកែនិយាយ ហើយមិនសូវធ្លាប់ទៀតផងនោះ គឺពិតជាពិបាក។

តែទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក្នុងករណីដែលយើងពិតជាមិនអាចជៀសផុត អ្នកត្រូវទប់អារម្មណ៍របស់ខ្លួនកុំឲ្យរំជើបរំជួលខ្លាំងពេក ដាស់សតិខ្លួនឯងឲ្យបាននឹងន ប្រមូលសេចក្ដីក្លាហានទាំងប៉ុន្មានបញ្ចេញឲ្យអស់ រកឲ្យឃើញពីគោលគំនិត និងការចាប់អារម្មណ៍ដ៏ពិតប្រាកដរបស់ខ្លួន និយាយចេញមកឲ្យបានល្អបំផុត។

ជាទូទៅ ការនិយាយក្នុងទីប្រជុំជន ឬការចោទឆ្លើយផ្ទាល់ភ្លាមៗ ច្រើនកើតមានឡើងក្នុងករណីផ្សេងៗដូចជា ៖

១- ត្រូវឆ្លើយតបនឹងសំណួរ

ករណីនេះមានជាទូទៅនៅក្នុងកន្លែងប្រជុំ ក្នុងតុលាការ តាមសិក្ខាសាលា ឬក្នុងបទសម្ភាសជាដើម។

ការនិយាយប្រភេទនេះមានការកំណត់ខ្លឹមសារឬចំណុចសំខាន់ៗយ៉ាងច្បាស់លាស់ទៅតាមសំណួរដែលគេសួរ។ ហេតុនេះ យើងមានព្រំដែនពិតប្រាកដក្នុងការនិយាយ មិនពិបាកបែកជាអូរហូរជាស្ទឹងអ្វីឡើយ គេសួរមកយ៉ាងណា យើងក៏ឆ្លើយទៅតាមនោះទៅ។

ប្រការដែលយើងគួរយកចិត្តទុកដាក់ម្យ៉ាងទៀត ក្នុងការឆ្លើយនេះគឺការចេះលើកយករឿងរ៉ាវដែលត្រូវឆ្លើយ មករៀបទៅតាមលំដាប់លំដោយមានអត្ថន័យគ្រប់គ្រាន់ មានហេតុផលត្រឹមត្រូវ មិនមែនគ្រាន់តែឆ្លើយៗទៅឲ្យតែរួចខ្លួននោះទេ។ បើគេចូលចិត្តពីអ្វីមួយ យើងក៏ត្រូវឆ្លើយឲ្យចំចំណុចដែលគេចង់ដឹង ហើយក៏ត្រូវឲ្យវាស្របនឹងការពិតផងដែរ។

បើត្រូវឆ្លើយក្នុងតុលាការ អ្នកត្រូវប្រាប់ទាំងពេលវេលា ទីកន្លែងអ្នកដែលដឹងឮក្នុងហេតុការណ៍ រឿងហេតុផ្សេងៗដែលទាក់ទងនឹងបញ្ហា ឬហេតុផលដែលត្រូវឆ្លើយតបនឹងការចោទប្រកាន់នោះ។

បើត្រូវបកស្រាយ ឬចង្អុលបង្ហាញពីចំណេះដឹងណាមួយ អ្នកត្រូវលើកយកទស្សនៈផ្សេងៗ ឬលទ្ធផលនៃការសិក្សាស្រាវជ្រាវមកអធិប្បាយ ឬបកស្រាយទៅតាមលក្ខណៈវិទ្យាសាស្ត្រ និងប្រសិនបើត្រូវបកស្រាយអំពីរឿងជ្រៅៗពេកពិបាកយល់ អ្នកគួររកពាក្យខ្លីៗមកពន្យល់ឲ្យងាយយល់ផងដើម្បីឲ្យអ្នកស្តាប់គ្រប់គ្នាបានយល់ច្បាស់អំពីគោលសំខាន់ៗរបស់វា។

២-ប្រសិនបើចាំបាច់ត្រូវអធិប្បាយបន្ថែម...

ការនិយាយផ្ទាល់ ច្រើនតែមានលក្ខណៈជាការបកស្រាយ។ ក្នុងករណីដែលអ្នកស្ដាប់ គេនៅមិនទាន់យល់ នៅមិនទាន់ដឹងការពិត នៅមានការយល់ច្រឡំ ឬនៅមិនទាន់ជ្រះស្រឡះអំពីរឿងរ៉ាវ ឬបញ្ហាទាំងនោះ អ្នកត្រូវតែធ្វើការអធិប្បាយបន្ថែមដើម្បីឲ្យគេយល់។

ក្នុងករណីនេះ អ្នកត្រូវបកស្រាយឲ្យចំឫសគល់នៃបញ្ហា ព្រមទាំងរកមធ្យោបាយដោះស្រាយបញ្ហា ដើម្បីបង្ហាញការពិតឲ្យកាន់តែច្បាស់។

ក្នុងការបកស្រាយនីមួយៗ អ្នកត្រូវសង្កត់ឲ្យធ្ងន់ទៅលើខ្លឹមសារ និងការពិតរបស់បញ្ហាទាំងនោះ និងសូមចងចាំថា

ការនិយាយរបស់អ្នក មិនមែនជាការលេងសំនួនវោហារ ឬមិនមែនជាការប្រើព្រោកប្រាជ្ញជាដាច់ខាត។

បើពុំដូច្នោះទេ ស្ថានការណ៍នឹងទៅជាត្រឡប់ធាតុ បញ្ហាដែលងាយយល់ បែរជាកាន់តែងងឹត និងមិនជាទីពេញចិត្តរបស់អ្នកស្ដាប់ឡើយ។

៣- ប្រសិនបើនឹកឃើញចង់និយាយ ឬចង់សម្ដែងការចាប់អារម្មណ៍

ស្ថានការបែបនេះច្រើនកើតឡើងក្នុងសិក្ខាសាលា ពិធីជប់លៀង ពិធីអាពាហ៍ពិពាហ៍។ល។ ក្រោយពីមានការថ្លែងសុន្ទរកថារបស់នរណាម្នាក់ អ្នកឯទៀតនឹកឃើញរឿងនេះរឿងនោះ ខ្លះក៏ចង់សំណេះសំណាលនឹងមិត្តភក្តិជាដើម ហើយថែមទាំងមានជាតិសុរាចូលពោះបន្តិចបន្តួចផងនោះ គាត់ក៏ចង់សម្ដែងយោបល់ផ្សេងៗ ខ្លះៗអញ្ជើងទៅ។ ការឡើងមកនិយាយបែបនេះ មិនមានខុសទាស់អ្វីទេ គ្រាន់តែអ្នកត្រូវតាំងសតិថា

1- និយាយឲ្យវាសមស្របទៅតាមកាលៈទេសៈ (កុំអាងសុរា)

2- និយាយដោយសមរម្យ សុភាព បង្កបរិយាកាសរីករាយ

3- និយាយខ្លីៗ កុំនិយាយបែប "ឧកញ៉ាស្នេហាមីក្រូ" ???
ព្រោះវាធ្វើឲ្យគេធុញទ្រាន់ ខូចបរិយាកាស។

៤-ពេលត្រូវគេអញ្ជើញឱ្យឡើងនិយាយ

ករណីនេះយើងតែងជួបប្រទះនៅក្នុងអង្គប្រជុំ ឬក្នុងពិធីផ្សេងៗ។ អ្នកគួរយកចិត្តទុកដាក់លើប្រការបួនយ៉ាង ៖

1- ***សម្តែងគារវកថា :*** អ្នកត្រូវណែនាំខ្លួនឯង(បើចាំបាច់) សម្តែងការគោរពអង្គពិធី ម្ចាស់កម្មវិធី ភ្ញៀវផ្សេងៗ សម្តែងការអរគុណដល់ការរៀបចំទទួលផ្សេងៗ អរគុណចំពោះការផ្តល់កិត្តិយសឲ្យមានមតិ លើកសរសើរដល់ស្នាដៃដែលកើតឡើងដោយការខំប្រឹងប្រែងផ្សេងៗ ។ល។

2- ***ប្រមើលមើលពីតម្រូវការរបស់អ្នកស្តាប់ :*** អ្នកត្រូវស្វែងយល់ឲ្យដឹងថា ពេលនេះអ្នកស្តាប់គេចង់បានអ្វី? ចង់ដឹងពីអ្វី? ត្រូវការអ្វី? អ្នកមានសំណូមពរគេចង់ឲ្យយើងនិយាយពីអ្វី យើងក៏ត្រូវនិយាយទៅតាមនោះ។

3- ***និយាយឱ្យមានប្រយោជន៍ដល់អ្នកស្តាប់ :*** សាច់រឿងដែលយើងត្រូវនិយាយធ្វើឲ្យអ្នកស្តាប់បានយល់ដឹងពីចំណេះដឹងថ្មីៗ មានប្រយោជន៍ បានជួយដាស់តឿនសតិឲ្យមានការភ្ញាក់រឭក ឲ្យប្រាជ្ញាស្មារតីកាន់តែភ្លឺស្វាង ជួយបណ្តុះបុគ្គលិកលក្ខណៈល្អៗ បង្កើនថាមពលផ្លូវចិត្តឲ្យធ្វើការងារបានល្អ ជួយឲ្យខំបង្កើនសមត្ថភាពខ្លួនឯងជាដើម។ ការនិយាយបានបែបនេះបានន័យថា អ្នកមានបុគ្គលិកលក្ខណៈជាអ្នកដឹកនាំដ៏ល្អខ្លះៗរួចមកហើយ។

4- ***និយាយខ្លីតែមានន័យច្បាស់ :***

- បើនិយាយមួយជន្ទះធំ មានបីបួនប្រយោគ បើសិនជាអាចសង្ខេបបានត្រឹមតែមួយប្រយោគ អ្នកគួរតែសង្ខេប កុំនិយាយច្រំដែលៗ។
- បើអាចនិយាយត្រឹមតែ ១៥នាទី ចប់ តើអ្នកចាំបាច់ប្រើពេលដល់មួយម៉ោងធ្វើអ្វី?
- សូមកុំនិយាយរហូតដល់រកកន្លែងចប់មិនឃើញ...???

☞ មិនថាជាក្នុងឱកាសអ្វី ឬទីកន្លែងណា
មិនថាជាត្រូវនិយាយពីរឿងអ្វីក៏ដោយ
សូមអ្នកជៀសវាងការនិយាយតែរឿងខ្លួនឯង
ជៀសវាងការនិយាយ“ចាកប្រធាន” បែកជាអូរហូរជាស្ទឹង
ព្រោះវាធ្វើឲ្យគេធុញទ្រាន់ ងុយដេក។
ហេតុនេះ អ្នកត្រូវព្យាយាមរកខ្លឹមសារពិតប្រាកដ
និយាយឲ្យច្បាស់ៗ ខ្លីៗ ពាក្យសម្ដីមានន័យ
ស្ដាប់ទៅរីកចម្រើនដល់ការគិត និងអារម្មណ៍
ចំណេញពេលវេលា បានផ្លែបានផ្កា
មនុស្សគេនឹងចង់ស្ដាប់ ហើយត្រងត្រាប់ជារៀងរហូត។

គេមិនខ្វល់ថា អ្នកជាមនុស្សចេះដឹងកម្រិតណានោះទេ
លុះត្រាតែគេរកឃើញថា
តើអ្នកបានយកចិត្តទុកដាក់នឹងគេដល់កម្រិតណា?

លូ ហ្វូលត្ស៍ – Lou Holtz

៣៦
វិធី “បង្កើនស្នេហ៍មុខ”

“ស្នេហ៍...គឺជាផ្លូវនាំឲ្យមនុស្សបានទទួលជោគជ័យក្នុងជីវិត”

... **ទ្រព្យសម្បត្តិ** ដែលមានតម្លៃបំផុតនៅលើលោក មិនមែនជាត្បូងពេជ្រ កែវមណីចិន្តាអ្វីឡើយ តែគឺ “**ស្នេហ៍**” នោះឯង។

ស្នេហ៍ មិនមែនសំដៅទៅលើតែរូបរាង មុខមាត់ ការតុបតែងខ្លួន ការរៀបចំបូកពារអ្វីនោះឡើយ។ ស្នេហ៍ ដែលយើងចង់និយាយនៅពេលនេះ វាមានតម្លៃជ្រាលជ្រៅជាងនេះទៅទៀត។ ស្នេហ៍ពិតប្រាកដរបស់មនុស្ស វាមានទម្ងន់ធ្ងន់ជាងរូបភាពដែលសម្តែងដោយសម្បកក្រៅ។ គឺជាសមត្ថភាពរបស់អ្នកណាម្នាក់ ក្នុងការបង្កើតនូវទំនាក់ទំនងពិសេស ធ្វើឲ្យអ្នកនៅជាមួយទទួលអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាមនុស្សដ៏វិសេសម្នាក់។ ស្នេហ៍ធ្វើឲ្យមានថាមពលពិសេសកើតឡើងក្នុងអារម្មណ៍ និងជាទូទៅ វាតែងដុះឡើងដោយធម្មជាតិ មិនមែនជាការសាង ឬការតុបតែងឡើងនោះឡើយ។

ឧទាហរណ៍ ពេលបានជួបមនុស្សម្នាក់ មានរូបរាងមុខមាត់ស្អាត យើងទទួលអារម្មណ៍ថាដូចជាចូលចិត្ត ចង់រាប់រករាក់ទាក់ តែក្រោយពីបានស្គាល់គ្នាមួយរយៈ អ្នកនៅជាមានអារម្មណ៍ធុញទ្រាន់ទៅវិញ។ ផ្ទុយពីនេះ អ្នកខ្លះរូបរាងមុខមាត់ មានលក្ខណៈជាមនុស្សសាមញ្ញធម្មតាៗទេ ប៉ុន្តែពេលបានសេពគប់នឹងគ្នាមួយរយៈមក គេកាន់តែមានអ្វីទាក់ទាញឲ្យអ្នកចូលចិត្ត ឬពេញចិត្តខ្លាំងឡើងៗជាលំដាប់។ គេនោះហើយគឺ មនុស្សមានស្នេហ៍។

កេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់អ្នក តម្លៃផ្សេងៗដែលអ្នកដទៃផ្តល់ឲ្យ លក្ខណៈផ្សេងៗដែលមនុស្សនាំគ្នាគិតនិងនិយាយពីអ្នក ពេលអ្នកមិននៅ ទាំងនោះគឺទ្រព្យសម្បត្តិផ្ទាល់ខ្លួន និងជាទ្រព្យសម្បត្តិវិជ្ជាជីវៈដ៏មានតម្លៃបំផុតរបស់អ្នក ដែលអ្នកបានធ្វើឲ្យអ្នកដទៃពេញចិត្តពេញថ្លើម ក្នុងពេលគេនៅជាមួយអ្នក។

សមត្ថភាពរបស់អ្នកក្នុងការធ្វើខ្លួនឲ្យទៅជាមនុស្សមានស្នេហ៍ ជាអ្នកដែលគេចូលចិត្តសេពគប់រាប់រកដ៏ពិតប្រាកដ វាជួយឲ្យអ្នកមានឱកាសល្អសម្រាប់ជីវិតជាងគុណសម្បត្តិផ្សេងៗទៅទៀត។ បើមនុស្សកាន់តែចូលចិត្ត កាន់តែនឹកគិត និងកាន់តែមានភាពកក់ក្តៅចំពោះអ្នកប៉ុនណា គេក៏កាន់តែចង់ជួបនឹងអ្នក ចង់ស្តាប់អ្វីៗពីអ្នក ចង់ស្ថិតនៅចំពោះមុខអ្នក ហើយពួកគេក៏កាន់តែហៅរករូបអ្នកច្រើនទៅៗ... ឥទ្ធិពលរបស់អ្នកកាន់តែខ្ពស់... ជោគជ័យនឹងដើរសំដៅមករកអ្នកជាមិនខាន។

មនុស្សមានស្នេហ៍ តែងមានគេទទួលស្តាប់ ផ្តល់ឱកាសពិសេសឲ្យជាប្រចាំ គឺជាឱកាសដែលមនុស្សធម្មតាផ្សេងទៀតមិនអាចរកបាន។ ពួកគេតែងទទួលបាននូវការអធ្យាស្រ័យ ក្នុងពេលដែលអ្នកដទៃត្រូវគេរារាំង មនុស្សម្នានឹងជួយការពារភាពមន្ទិលសៅហ្មងផ្សេងៗ គេនាំគ្នាជៀសផ្លូវឲ្យ ព្រមទាំងផ្តល់ផលប្រយោជន៍ឲ្យ ដែលមានពេលខ្លះ អ្នកស្ទើរតែមិនជឿលើខ្លួនឯងទៀតផង។

លោកអ្នកមួយចំនួនអាចនឹងគិតពីខ្លួនឯងថា
"ចុះបើខ្លួនអញកើតមកគ្មានស្នេហ៍ទាក់ទាញអីនឹងគេសោះ
តើមួយជីវិតនេះ អញត្រូវចាបោលឬយ៉ាងណា?"

ប្តីត្បិតតែអ្នកខ្លះគេមានស្នេហ៍ពីធម្មជាតិ គេពិតជាមានប្រៀបជាង ប៉ុន្តែ ស្នេហ៍មិនមែនជាអ្វីអាថិកំបាំងរហូតដល់យើងមិនអាចដឹងបាននោះទេ។ ស្នេហ៍ត្រូវការជំនាញពិសេស ដែលជាទូទៅ មនុស្សយើងភាគច្រើនមានការយល់ដឹងតិចតួចបំផុត ឬស្ទើរតែមិនបានដឹងទាល់តែសោះ។

ស្នេហ៍ គឺអ្វីដែលយើងអាចរៀនសូត្រ និងហ្វឹកហាត់បាន...។

ស្នេហ៍ ជាគុណសម្បត្តិក្នុងការប្រើថាមពល
ធ្វើឱ្យពេញចិត្តនិងទាក់ទាញចិត្ត យ៉ាងមិនអាចបដិសេធបាន។

ជាទូទៅ សារជាតិដើមរបស់មនុស្ស តែងតែទាក់ទងជាខ្លាំងទៅនឹងអារម្មណ៍។ គេច្រើនសម្រេចចិត្តអ្វីៗទៅតាមអារម្មណ៍ រួចហើយបានមកពិចារណារកហេតុផលតាមក្រោយ។ ម្យ៉ាងទៀត មនុស្សតែងតែទទួលឥទ្ធិពលពីសភាវៈជុំវិញខ្លួនគេ ជាពិសេសចំពោះទង្វើរបស់អ្នកដទៃ ដែលធ្វើមកលើខ្លួនឯងផងដែរ។

មនុស្ស ត្រូវគេផ្សាំឲ្យមានអារម្មណ៍ចាប់រំជួលតាំងតែពីនៅក្នុងវ័យទារកមកម្ល៉េះ។ អារម្មណ៍របស់មនុស្ស តែងប្រែប្រួលទៅតាមទង្វើរបស់អ្នកនៅជុំវិញ មានឪពុកម្តាយជាដើម។ បែបបទនៃការឆ្លើយតបខាងអារម្មណ៍តាំងតែពីក្មេងមកនេះ បានកំណត់ឲ្យមនុស្សត្រូវមានទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដទៃ តរៀងរហូតដូច្នេះមក។

ស្ទើរតែគ្រប់សកម្មភាពដែលអ្នកបានធ្វើ ទាក់ទងនឹងមនុស្សផ្សេងៗ សុទ្ធតែដើម្បីលើកតម្កើងខ្លួនឯង ឬជាអារម្មណ៍រក្សាសុវត្ថិភាពខ្លួនឯង ហើយការពារវាឲ្យផុតពីការឃោឃៅរបស់អ្នកដទៃ ឬពីស្ថានការណ៍ផ្សេងៗនោះឯង។

ការស្រេកឃ្លានដ៏ខ្លាំងបំផុតរបស់មនុស្សគឺ មនុស្សចង់មានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់ មានតម្លៃ។ ហេតុនេះ គន្លឹះនៃការទាក់ទាញស្នេហ៍មុខ គឺជារឿងងាយបំផុត «ចូរធ្វើឱ្យអ្នកដទៃមានអារម្មណ៍ថាខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់»។

មានវិធី៥យ៉ាង ជារង្វាន់សម្រាប់លោកអ្នក ៖

១- ការទទួលស្គាល់ (Acceptance) :

រង្វាន់ដ៏វិសេសវិសាលបំផុតដែលលោកអ្នកគួរប្រគល់ឲ្យអ្នកដទៃគឺ

"ទស្សនៈក្នុងផ្លូវល្អដោយគ្មានលក្ខខណ្ឌ"

មានន័យថា អ្នកត្រូវទទួលស្គាល់ពួកគេទាំងស្រុង មិនធ្វើវិភាគ មិនទិតៀនរិះគន់ឬចាប់កំហុស "ទទួលស្គាល់" ពីអ្វីៗដែលទាក់ទងនឹងពួកគេប្រៀបគេដូចជា "វត្ថុអស្ចារ្យ" មួយបែបអញ្ចឹង។

នេះជាចំណុចចាប់ផ្តើម **"ធ្វើជាមនុស្សមានស្នេហ៍"** របស់អ្នក។

ការទទួលស្គាល់ សម្តែងដោយ ***"ការញញឹម"***។ ពេលអ្នកញញឹមប្រកបដោយក្តីសុខ ក្នុងពេលជួបអ្នកណាម្នាក់ ក្តីរីករាយរបស់គេក៏នឹងកើតឡើងដោយស្វ័យប្រវត្តិ។ គេនឹងមានអារម្មណ៍ល្អចំពោះខ្លួនឯង ហើយយល់ថាខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់ គេនឹងមានអារម្មណ៍ថា អ្នកគឺជាមនុស្សមានស្នេហ៍ ទោះបីជាអ្នកមិនទាន់បានហើបមាត់និយាយអ្វីនៅឡើយក៏ដោយ។

សូមលោកអ្នកសាកល្បងលមើល ???????

២- ការដឹងគុណ (Appreciation) :

ពេលដែលអ្នកសម្តែងការដឹងគុណ នូវអ្វីដែលពួកគេធ្វើ ទោះតិចក្តី ច្រើនក្តី គេនឹងកើតមានមោទនភាពចំពោះខ្លួនឯង មានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនគឺជាមនុស្សគ្រាន់បើម្នាក់ ជាមនុស្សសំខាន់ម្នាក់ ព្រមទាំងមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាមនុស្សមានសមត្ថភាព ធ្វើអ្វីៗបានកាន់តែច្រើន។ គេមើលឃើញរូបភាពរបស់ខ្លួនកាន់តែល្អប្រសើរជាងមុន ឯការគោរពចំពោះខ្លួនឯង ក៏កាន់តែខ្ពស់ទៅៗផងដែរ។

ប្រការនេះ អ្នកគ្រាន់តែបង្អើបមាត់ "អរគុណ" នៅគ្រប់ឱកាស មិនថាជារឿងតូចឬរឿងធំ អ្នកត្រូវបណ្តុះនិស្ស័យនេះជាប្រចាំ មិនចំពោះជានៅក្នុងក្រុមគ្រួសារ កន្លែងធ្វើការ ឬនៅតាមទីសាធារណៈនោះឡើយ។

ស្នាមញញឹមជាមួយនឹងពាក្យអរគុណ ធ្វើឲ្យខ្លួនអ្នក ពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង ព្រោះអ្នកបានធ្វើឲ្យអ្នកដទៃសប្បាយចិត្ត។

បើអ្នកកាន់តែពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង អ្នកក៏កាន់តែចូលចិត្តអ្នកដទៃដោយសុទ្ធចិត្តផងដែរ។ ក្រៅពីនេះទៀត អ្នកក៏មិនសូវខ្វល់ពីរឿងខ្លាចថា ខ្លួនមិនបានធ្វើអ្វីល្អៗជាមួយអ្នកដទៃ ដែលជួយឲ្យ "ស្នេហ៍មុខរបស់អ្នក" កាន់តែកើតឡើង "ដោយធម្មជាតិ" ទៅតាមនោះផងដែរ។

៣- ការយល់ព្រម (Approval) :

ក្នុងជម្រៅចិត្តរបស់ខ្លួន មនុស្សត្រូវការ "ការយល់ព្រម" ចំពោះទង្វើផ្សេងៗ ព្រមទាំងការសម្រេចជោគជ័យរបស់គេ។ សេចក្តីត្រូវការអំពី "ការយល់ព្រម" នេះ មិនចេះគ្រប់គ្រាន់ឡើយ គេត្រូវការជារៀងរហូតតទៅ ប្រៀបដូចជាមនុស្សដែលត្រូវការបរិភោគ និងត្រូវការសម្រាកដូច្នោះដែរ។ អ្នកដែលស្វែងរកឱកាសបង្ហាញ "ការយល់ព្រម" ចំពោះអ្នកដទៃ គឺជាអ្នកដែលត្រូវបានគេទទួលស្វាគមន៍នៅគ្រប់ទិសទីដែលគេទៅដល់។

ទង្វើដ៏សមរម្យក្នុងការបង្ហាញពីការយល់ព្រមគឺ "ការសរសើរ" ។ ពេលអ្នកសរសើរមនុស្សម្នាក់ អំពីអ្វីដែលគេបានធ្វើ គេនឹងមានអារម្មណ៍ល្អចំពោះខ្លួនឯង ហើយគេក៏ចាប់អារម្មណ៍មកលើអ្នកវិញដែរថា អ្នកជាមនុស្សចេះផ្តល់កិត្តិយសដល់មនុស្ស អ្នកគឺជា "មនុស្សមានស្នេហ៍" ដ៏ពិតប្រាកដ។

បើអ្នកគ្មានស្នេហ៍ឱ្យគេ តើគេចេះតែមានស្នេហ៍ឱ្យអ្នកវិញឬ?

៤- ការកោតសរសើរ *(Admiration) :*

"មនុស្សគ្រប់រូប ចូលចិត្តការកោតសរសើរ"

ពេលអ្នកពោលពាក្យសរសើរនរណាម្នាក់ដោយសុទ្ធចិត្ត ទាក់ទងនឹងទង្វើផ្សេងៗ របស់របរប្រើប្រាស់ ឬពីជោគជ័យរបស់ពួកគេ គេនឹងមានអារម្មណ៍ល្អកើតឡើង ព្រោះនេះជាការទទួលស្គាល់ ជាការទទួលដឹងឮអំពីសារៈសំខាន់ដែលគេធ្វើបាន។ គេពេញចិត្តនឹងខ្លួនឯង ហើយក៏ពេញចិត្តមកលើរូបអ្នកផងដែរ។

ចូរអ្នកលើកសរសើរពីសម្លៀកបំពាក់ ពីការគោរពពេលវេលា ពីការតស៊ូព្យាយាម ពីការទទួលជោគជ័យ...រឿងកំប៉ិកកំប៉ុក រឿងធំដុំ... ចូរអ្នកសម្លឹងរកមើលឲ្យឃើញពាក្យសរសើរល្អៗ គ្រប់ពេលដែលបានជួបគ្នា គេក៏មុខជានឹងចូលចិត្តអ្នកហើយចាត់ទុកថា "អ្នកជាមនុស្សមានស្នេហ៍"។

៥- ការយកចិត្តទុកដាក់ *(Attention) :*

វិធីនេះអាចជាវិធីដ៏សំខាន់ជាងគេ។ ជាវិធីដែលផ្តល់ថាមពលខ្លាំងបំផុតដើម្បីឲ្យមនុស្សគោរពខ្លួនឯង និងជាតិចនិចដ៏ល្អក្នុងការបង្កើនស្នេហ៍មុខរបស់ខ្លួន។ ពេលអ្នកយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះអ្នកណាម្នាក់ អ្នកនោះនឹងមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់ ហើយគេក៏នឹងចូលចិត្តមកលើរូបអ្នកវិញកាន់តែខ្លាំងផងដែរ។

ការយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើអ្នកដទៃ ជាឧបករណ៍ដ៏មានអានុភាពបំផុតក្នុងការលើកកម្លាំងចិត្តដល់មនុស្ស។ ដរាបណាអ្នកបានហ្វឹកហាត់ឲ្យបានស្ទាត់ជំនាញ អ្នកនឹងក្លាយទៅជាបុគ្គលមានស្នេហ៍ មានឥទ្ធិពលក្នុងសង្គម និងក្នុងអាជីពការងាររបស់ខ្លួនជាមិនខាន។

☆☆☆

☞ *អ្នកអាចធ្វើខ្លួនឲ្យទៅជាមនុស្សមានស្នេហ៍បានដោយមិនពិបាក*

១- អ្នកត្រូវយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់អ្វីដែលគេនិយាយ

២- អ្នកត្រូវនិយាយយ៉ាងណា

ឲ្យអ្នកដទៃមានអារម្មណ៍ថា ខ្លួនជាមនុស្សសំខាន់

ការយកចិត្តទុកដាក់ ការសរសើរ ការអរគុណ

ការទទួលស្គាល់ ការតម្រូវចិត្ត ការមើលក្នុងផ្លូវល្អ

សុទ្ធតែជាវិធីដែលអ្នកគួរហ្វឹកហាត់

ដើម្បីសាងអ្វីល្អៗដល់មនុស្សជុំវិញ

ពេលនោះអ្នកនឹងទៅជាមនុស្សមានស្នេហ៍

ដិតជាប់ក្នុងបេះដូងមនុស្សគ្រប់រូប

ហើយសុភមង្គលក៏មិនទៅណាឆ្ងាយពីជីវិតអ្នកដែរ។

និយាយស្តី

ពាក្យចាស់ចារចែងពីព្រេងព្រឹទ្ធ និយាយត្រូវគិតដូនតាផ្តាំ
កូនចៅប្រុសស្រីចូរចងចាំ បើភ្លេចបណ្តាំចាំតាប្រាប់ ។
ពេលជួបប្រាស្រ័យនឹងមិត្តញាតិ ទោះបីឃ្លាឃ្លាតយូរឬឆាប់
យើងត្រូវរួសរាយសួរប្រញាប់ និយាយគួរគាប់ទន់វាចា ។
ប្រើពាក្យគួរសមទោះក្មេងចាស់ កុំនិយាយផ្តាសខុសតម្រា
យើងនិយាយគិតពិចារណា និងស្តីវាចាគិតល្អន់ល្អិត ។
ពេលជួបសន្ទនាត្រូវថ្លឹងថ្លែង ត្រូវចេះកោតក្រែងចេះយល់ចិត្ត
សម្តីប្តូរបាច់ត្រូវប្រយ័ងប្រិត កុំដើរទូលពិតទាំងល្ងង់ល្ងឹត ។
កុំចេញវាចាពោលតែឯង ត្រូវចេះគិតក្រែងទុកឱ្យមិត្ត
គេពោលឆ្លងឆ្លើយចេញគំនិត ស្តាប់ដោយប្រយ័ងប្រិតប្រាជ្ញាគេ។
បើយើងនិយាយទល់មុខចំ សង្រួមអារម្មណ៍មូលផ្តុំទ្វេ
ភ្នែកសម្លឹងមុខកុំបែររេ ចិត្តមិនវៀចវេរគិតត្រង់ស្មោះ។
បណ្តុះនិស្ស័យចិត្តភក្តី កុំនិយាយស្តីមានកៀនកោះ
សម្តីពីរោះមិនឡេះឡោះ ពាក្យល្អឥតខ្ចោះពាក្យគួរថា ។

ជួរ គារី
ប្រធានផ្នែកខេមរនីយកម្ម វចនានុក្រមនិងបកប្រែ
នៃវិទ្យាស្ថានភាសាជាតិ

ការមានទ្រព្យសម្បត្តិតែម៉្យាង
ពុំទាន់អាចបញ្ជាក់ថា អ្នកជាមនុស្សមានជោគជ័យក្នុងជីវិតនៅឡើយទេ។
ព្រោះមានសេដ្ឋីមួយចំនួនដែលស្ដូម្បីតែមានទ្រព្យសម្បត្តិចាយមិនអស់
តែគេស្លាប់ទៅទាំងចិត្តនៅកំពុងខ្វល់ខ្វាយ ឬក្ដៅក្រហាយនៅឡើយ...
បែបនេះ តើអាចហៅថាមានជោគជ័យក្នុងជីវិតដែរឬទេ?
ហេតុនេះ អ្នកគួរតែរកមិត្តល្អណាម្នាក់ដើម្បីជួយបង្ហាញផ្លូវ...
មិត្តល្អទាំងនោះ សុទ្ធតែមានអាយុរាប់រយពាន់ឆ្នាំមកហើយ...
ដែលគួរឱ្យលោកអ្នកអាចជឿទុកចិត្តគេបាន... តើគេជានរណាទៅ?
គេនោះគឺជា “សៀវភៅអាន” នេះឯង
អានឱ្យច្រើនៗៗៗ... អ្នកពិតជាមិនខុសបំណងឡើយ។

យើងខ្ញុំអ្នកនិពន្ធត្រូវការកម្លាំងចិត្តពីមិត្តអ្នកអាន
និងបងប្អូនជនរួមជាតិគ្រប់ស្រទាប់ដែលស្រឡាញ់យុត្តិធម៌
ក្នុងការជួយថែរក្សាកម្មសិទ្ធិស្នាដៃនិពន្ធ
ដែលទទួលរងការបំពារបំពានដោយជនអាត្មានិយមៗ
ការជួយឈឺឆ្អាលរបស់បងប្អូនទាំងស្មារតីនិងសកម្មភាព
គឺជាកម្លាំងមួយដ៏មានអានុភាព
ដើម្បីជួយជំរុញឱ្យចលនាតែងនិពន្ធក្នុងសង្គមយើង
រីកដុះដាលទៅមុខបានយ៉ាងឆាប់រហ័សៗ
ដរាបណាស្នាដៃនិពន្ធត្រូវបានគេគោរពនិងឱ្យតម្លៃ
អ្នកនិពន្ធថ្មីៗ ល្អៗ ពិតជានឹងផុសឡើងជាបន្តបន្ទាប់
ដើម្បីរួមចំណែកលើកកម្ពស់វិស័យអក្សរសាស្ត្ររបស់យើងៗ

* * *

សៀវភៅអានបណ្ដុះភាពឈ្លាសវៃក្នុងជីវិត និងអាជីពការងារ

គិតជ្រៅផ្លូវឈ្នះ
អច្ឆរិយនៃការគិតដើម្បីជោគជ័យ
ហ្វឹកហាត់វិធីគិតការធំ

មាគ៌ាមហាសេដ្ឋី
វិធីគិតរបស់អ្នកមាន
គន្លឹះជោគជ័យរបស់មហាសេដ្ឋី ១០ រូប

និទានរៀនគិត
គិតក្នុងផ្លូវល្អ ប្រើជីវិតឲ្យមានតម្លៃ
ផ្ដល់វិធីគិតតាមរូបបែបផ្សេងៗ

វិជ្ជាធ្វើចៅកែ
យុទ្ធសាស្ត្រជោគជ័យក្នុងអាជីវកម្ម
ជំហាន៥ ក្នុងការធ្វើអាជីវកម្ម

រៀនឱ្យចេះ ប្រើចំណេះឱ្យមានប្រយោជន៍
ប្រសិទ្ធភាពនៃការរៀន
ប្រសិទ្ធភាពនៃការប្រើខួរក្បាល
ទាំងក្នុងសាលានិងនៅក្រៅសាលា

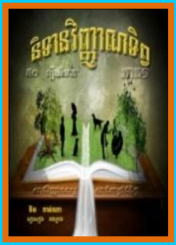
និស្ស័យមាន និស្ស័យក្រ
ពិចារណាពីនិស្ស័យខ្លួនឯង
ជម្រុះនិស្ស័យក្រ សាងលម្អនិស្ស័យមាន

សិល្បៈប្រើបណ្ឌិត
គតិក្នុងការប្រើមនុស្សមានសមត្ថភាព
ដើម្បីដឹកនាំថ្លោះទៅរកភាពរុងរឿង
សម្រាប់ដំណើរជីវិតនិងគ្រប់គ្រង

យុទ្ធសាស្ត្រទម្លុះគោលដៅ
ស្វែងយល់ពីឧបាយកលប្លែកៗ
ពង្រឹងពុទ្ធិបញ្ញាក្នុងដំណើរជីវិតនិងការងារ

យល់ឧបាយ ឆ្លាយអន្ទាក់
ស្វែងយល់ពីអន្ទាក់របស់មនុស្ស
ការពាររឿងថ្លោះធ្លោយដោយសារតែការចេះមិនដល់

រឿងនិទានបណ្ដុះគំនិតប្រាជ្ញា គតិអប់រំ សាងកម្លាំងចិត្ត

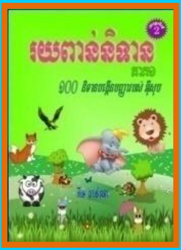


និទានវិញ្ញាណទិព្វ

និទានផ្ដល់បញ្ញា ផ្ដល់កម្លាំងចិត្ត
ផ្ដល់ថាមពលដល់ដួងវិញ្ញាណ

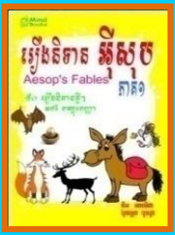
ប្រាជ្ញាជីវិត ភាគ១ ២

ស្គាល់ខ្លួនឯង ស្គាល់អ្នកដទៃ
៣៧ រឿង ៣៧ គតិបណ្ឌិត



រយពាន់និទាន

និទានផ្ដល់គតិត្រិះរិះពិចារណា
ទស្សនវិជ្ជាប្រចាំជីវិត



រឿងព្រេងនិទាន អ៊ីសុប

អានកម្សាន្ត បណ្ដុះបញ្ញា
មានប្រយោជន៍សម្រាប់គ្រប់វ័យ

ប្រជុំរឿងជាតក

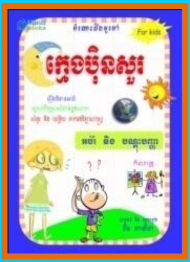
១២៣ និទានបង្រៀនគុណធម៌
រឿងនិទានរបស់ព្រះសម្មាសម្ពុទ្ធ

រឿងព្រេងនិទាន អាន់ឌើសាន់

និទានបង្កប់ដោយរូបារម្មណ៍
ដោយអ្នកនិពន្ធដ៏ល្បីលើលោក

ពិភពរឿងប្លែក

រឿងពិតគួរឲ្យភ្ញាក់ផ្អើលឬពុំគួរជឿ
ដែលកើតនៅជុំវិញពិភពលោក



ក្មេងប៉ិនសួរ

រឿងនិទាន សំណួរចម្លើយ
ចំណេះដឹងទូទៅ

និទានប្រាជ្ញា ភាគ ១ ២ ៣ ៤

ជំនួយក្នុងការត្រិះរិះពិចារណា
ជំនួយក្នុងការវិភាគអក្សរសិល្ប៍

សៀវភៅអានផ្នែកចិត្តវិទ្យា ទស្សនវិជ្ជា អប់រំ ដឹកនាំ

ចិត្តវិទ្យា

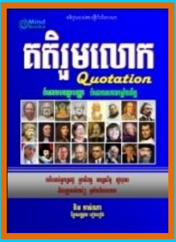
ភាពវៃឆ្លាត គំនិតច្នៃប្រឌិត

ភាពខុសគ្នារវាង IQ និង EQ

វិធីចិញ្ចឹមអប់រំកូន

ស្វែងយល់ពីធម្មជាតិរបស់ក្មេង

វិធីអប់រំក្មេងឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព



គតិរួមលោក

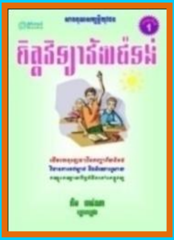
គតិបណ្ដុះបញ្ញា សាងកម្លាំងចិត្ត

របស់បុគ្គលសំខាន់ៗលើលោក

អ្នកល្ងង់ អ្នកឆ្លាត អ្នកមានគតិបណ្ឌិត

ស្វែងរកបញ្ហាដោយការប្រៀបធៀប

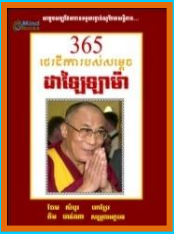
រវាងក្រុមមនុស្សបីប្រភេទ



ចិត្តវិទ្យាវ័យជំទង់

ស្វែងយល់ពីបញ្ហាវ័យជំទង់

វិធីទប់ស្កាត់ បណ្ដុះគំនិតទៅរកផ្លូវល្អ



ថេរដីការបស់សម្ដេចដាឡៃឡាម៉ា

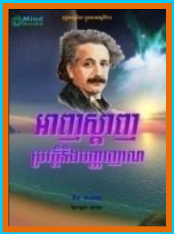
៣៦៥ ថេរដីកាអំពីជីវិតផ្លូវលោក ផ្លូវធម៌

ដោយអត្ថន័យជាក់លាក់

វាចាមាសពីសេតវិមាន

ប្រវត្តិនិងទស្សនៈល្អៗ

របស់ប្រធានាធិបតីសហរដ្ឋអាមេរិក



អាញស្តាញ ប្រវត្តិនិងបញ្ញាញាណ

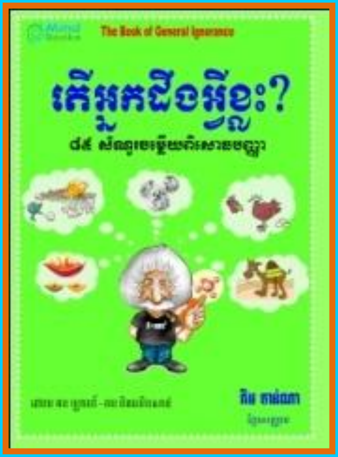
ទស្សនវិជ្ជាលើកកម្ពស់ខ្លួនឯង

សង្គម និង មនុស្សជាតិ

លោកខាងលិច ខាងកើត សកល

ស្វែងយល់និងប្រៀបធៀបគំនិតផ្សេងៗ

សម្រាំងជម្រើសល្អៗដើម្បីជីវិត



តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ?

ចំណេះដឹងប្លែកៗពីលោកនិងចក្រវាល
បង្កើនសមត្ថភាពយល់ដឹង។

ដឹស៊ីក្រេត

ច្បាប់នៃការស្រូបទាញ
អាថិកំបាំងដែលនាំឲ្យកើតមានភាពអច្ឆរិយក្នុងជីវិត។

សៀវភៅទាំងនេះមានដាក់លក់នៅតាមបណ្ណាគារអន្តរជាតិ សន្តិភាព ប្រជាប្រិយ តាមបណ្ណាគារផ្សេងៗក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ និងនៅតាមបណ្ណាខេត្តនានាទូទាំងប្រទេស តាមផ្សារទំនើប និងតាមយានដ្ឋានលាងរថយន្តមួយចំនួន។

ចំពោះលោកអ្នកដែលត្រូវការជាវដុំ ទិញទាំងឈុត ឬចង់ជាវក្នុងចំនួនច្រើន សូមទាក់ទង តាមលេខទូរស័ព្ទខាងក្រោម ៖

013 885 958, 013 706 262,
016 988 837, 016 344 534.