ហួត សេងគៀ

Preview from No
Page 1 o

មកដល់ ដៃខ្ញុំ

សម្រាប់ក្មេងៗទើបនឹងធំ ឬចង់ធំមុនអាយុ

មាតិកា

ប្រភពដើមរបស់សៀវភៅនេះ ១

ជឿខ្ញុំសិន ៥

គោលបំណងរបស់ខ្ញុំ ៨

ចែករំលែកគំនិត ១២

កុំមើលស្រាលខ្លួនឯង ១៨

រត់តាមក្តីស្រមៃ ២៤

កុំទាន់ឈប់ ៣០

ចេះជួយអ្នកដទៃ ៣៧

កើតមកដើម្បីដឹកនាំ ៤៧

គិតសិន ចាំសរុប ៥៤

ជ្រើសរើសបែបផែនក្នុងការរស់នៅ ៦០

Preview from No
Page 3 o

កុំខ្វល់ពីអ្វីដែលយើងធ្វើមិនបាន ១៣៨

យល់ឃើញ ១៤៤

កុំធ្វើតែម្នាក់ឯង ១៥១

កុំ[illegible] ១៥៧

អំពីខ្ញុំ ១៥៩

Preview from No
Page 5 o

ការចែករំលែក ដូច្នេះនៅក្នុងសៀវភៅ សុទ្ធតែជាការចែករំលែកទាំងអស់។ បើគាត់មិនជឿ គាត់ក៏មិនសរសេរដែរ ហើយបើខ្ញុំមិនជឿលើអ្វីដែលគាត់សរសេរទេ ខ្ញុំក៏មិនមកសរសេរបន្ថែមអ្វីទៀតដែរ។ ការជឿ បង្កើតឱ្យ[illegible]ន្ត គ្នា។

និយាយឱ្យខ្លីមកវិញ ជឿសិន មុននឹងយើងអាន ទើបអានទៅបានផលច្រើន។ សច្ចភាពមួយដែលយើងត្រូវតែចងចាំទុកគឺ **មិនមែនគ្រប់យ៉ាង ទាល់តែឃើញហើយ ចាំជឿនោះទេ ជួនកាលយើងត្រូវជឿវាជាមុនសិន ទើបបានឃើញ**។ ឥឡូវ អ្នកទាំងអស់គ្នាសម្រេចចិត្តទៅ ថាជឿ ឬមិនជឿ។

Preview from Notesale.co.uk
Page 12

បីជាគាត់សរសេរក្នុងគោលបំណងប៉ុន្មានក៏ដោយ។ ខ្ញុំជាអ្នកចូលចិត្តអានសៀវភៅម្នាក់។ បើគ្មានអ្នកណាសរសេរ ឬបោះពុម្ពសៀវភៅ ថ្មីៗទេ មនុស្សដូចខ្ញុំ រស់នៅបានសុខដោយរបៀបណា? វិធីអរគុណផ្ទាល់ខ្លួនខ្ញុំ គឺសរសេរ[illegible]ធ្វើយ៉ាងណាឱ្យគំនិតម្ចាស់ដើម គង់តែមានន័យ និងមានប្រយោជន៍។

Preview from Notesale.co.uk Page 14

គោលបំណងធំជាងគេរបស់ខ្ញុំក្នុងការសរសេរសៀវភៅនេះ គឺចង់បង្ហាញថា **អ្នកណាក៏អាចសរសេរសៀវភៅបានដែរ ឱ្យតែមានចិត្តចង់ពិតប្រាកដ**។ ខ្ញុំមិនដឹងជានិយាយប៉ុន្មានដងហើយទេ តែគ្មានអ្នកណាស្តាប់ ព្រោះខ្ញុំនិយាយម្នាក់ឯង។ ខ្ញុំនិយាយថា “**មិនមែនទាល់តែបណ្ឌិត ទើបអាចសរសេរសៀវភៅបានទេ សំខាន់យើងមានអ្វីត្រូវសរសេរ និងចិត្តចង់សរសេរប៉ុណ្ណោះ**”។ ជួនកាលបណ្ឌិតគាត់រវល់ គ្មានពេលសរសេរ អ៊ីចឹងយើងដែលទំនេរហ្នឹង ជួយសរសេរជំនួសពួកគាត់ខ្លះទៅ។

កម្ពុជាត្រូវការអ្នកនិពន្ធ និងចងក្រងឯកសារជាច្រើនទៀត ដើម្បីពង្រីងប្រភពចំណេះដឹងរបស់យើង។ ខ្ញុំសាកលើកឧទាហរណ៍ហួសទំនងមួយចុះ។ បើសិនជាប្រជាជនខ្មែរម្នាក់

សរសេរសៀវភៅបានមួយក្បាលក្នុងមួយឆ្នាំ ដូច្នេះប្រទេសយើងនឹងមានសៀវភៅថ្មី លើសពី១០លានក្បាលក្នុងមួយឆ្នាំដែរ ។ អ្នកទាំងអស់គ្នាមិនបាច់ខ្លាចទេ ព្រោះវាមិនអាចកើតឡើងឡើយ។ **មិនមែនមនុស្សគ្រប់គ្នា សុទ្ធតែចង់សរសេរសៀវភៅនោះទេ តែយើងគ្រប់គ្នាសុទ្ធតែអាចសរសេរសៀវភៅបាន**។ សំណូមពររបស់ខ្ញុំ គឺ បើសិនជាមានអ្វីចង់និយាយ ឬចែករំលែក យើងគួរតែសាកល្បងរៀបជាសៀវភៅឡើងមក ព្រោះវាអាចក្លាយជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនយើងផង និងសង្គមផង។ សូមកុំវាយតម្លៃខ្លួនឯងទាបពេក ដោយគិតថាខ្លួនមិនសមនឹងសរសេរសៀវភៅអ្វីមួយឱ្យសោះ។

ជាចុងក្រោយ ខ្ញុំសង្ឃឹមថា អ្នកទាំងអស់គ្នានឹងរីករាយជាមួយសៀវភៅមួយក្បាលនេះ។ ខ្ញុំបានព្យាយាមសរសេរកុំឱ្យអ្នកអានធុញទ្រាន់ហើយ តែមិនអាចធានាបានទាំងស្រុងដែរ ហេតុនេះបើចំណុចណាធុញ រំលងចោលទៅអានចំណុចផ្សេងក៏បាន។ **ចំណុចមួយមិនល្អ មិនមែនបានន័យថា សៀវភៅទាំងមូលមិនល្អនោះទេ**។

Preview from Notesale.co.uk Page 15

ឱ្យបានល្អបំផុតទៅ ជាការស្រេចហើយ។ ខ្មែរយើងច្រើនតែប្រដៅកូនចៅថា "*ឱ្យចេះមើលគេឯងផង កុំធ្វើអ្វីខុសគេតែឯងពេក*" តែការប្រដៅនេះ ជាឧបសគ្គសម្ងាត់ក្នុងការអភិវឌ្ឍសង្គម។ ឧបមាថា មនុស្សនៅជុំវិញខ្លួនយើង សុទ្ធតែជាអ្នកធ្វើការឱ្យគេ ហើយយើងខ្លាចខុសពីគេ ក៏ទៅធ្វើជាខ្ញុំគេដែរ។ តាមពិត ក្នុងចិត្តយើងមានគោលបំណងរួចហើយថា ចង់បើកសាលារៀនមួយ តែដោយសារជឿលើការណែនាំនេះ សង្គមអាចនឹងបាត់បង់ សាលារៀនល្អមួយក៏ថាបាន។

លោកឧកញ៉ា គួច ម៉េងលី បានសរសេរថា "**មនុស្សម្នាក់សុទ្ធតែមានន័យសម្រាប់ខ្លួនឯង**"។ យើងជាមនុស្សសំខាន់សម្រាប់ខ្លួនឯង។ **បើគ្មានយើងទេ ក៏គ្មានយើងដែរ**។ វាច្របូកច្របល់បន្តិច ប៉ុន្តែអ្នកទាំងអស់គ្នាអាចព្យាយាមយល់បាន។ បើយើងមិនខំរៀន តើយើងនឹងចិញ្ចឹមក្រពះនៅថ្ងៃក្រោយដោយរបៀបណា? បើយើងមិនងូតទឹកដុសសាប៊ូ តើខ្លួនយើងនឹងក្រអូបបានទេ? តិចឆ្លើយថា " *បាញ់ទឹកអប់* " ចុះ។ ខ្ញុំមិនត្រឹមតែមានន័យសម្រាប់ខ្លួនឯងទេ ថែមទាំងមានន័យ

រត់តាមក្ដីស្រមៃ

ស្ទីវចប ធ្លាប់ស្រមៃ ថា មនុស្សគ្រប់គ្នា នឹងប្រើកុំព្យូទ័រ Mac របស់ apple គ្រប់គ្នា។ ចំណែកប៊ីល ហ្គេត ក៏ធ្លាប់ស្រមៃថា កុំព្យូទ័រទាំងអស់នឹងមានដំណើរការដោយ Windows។ អ្នកទាំងពីរនេះ សុទ្ធតែជាមនុស្សល្បី អាចរាប់ចូលជាកំពូលមនុស្សក្នុងសម័យបច្ចេកវិទ្យាបាន ហើយពួកគាត់សុទ្ធតែមានក្ដីស្រមៃ។

Preview from No
Page 29

មិនមែនទាល់តែយើងរស់នៅប្រទេសអាមេរិក ឬយើងជាអ្នកមាន ទើបអាចមានក្ដីស្រមៃ បាននោះទេ។ អ្នកណាក៏អាចស្រមៃបានដែរ។ មិនត្រឹមតែស្រមៃ នោះទេ យើងម្នាក់ៗមានលទ្ធភាពសម្រេចក្ដីស្រមៃនោះស្មើគ្នា។ វាអាចលើសគ្នាខ្លះ តែមិនមែនជាបញ្ហានោះទេ។

ការស្រមៃ ជាការដាក់គោលដៅ មិនសូវជាក់លាក់មួយមកលើខ្លួនឯង។ ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំថា វាមិនសូវជាក់លាក់? ព្រោះបើគ្រាន់តែមានក្ដីស្រមៃ អ្វីគ្រប់យ៉ាងនៅមិនទាន់មានរូបរាងនៅ

បានសម្រេច។ ការរស់នៅរបស់មនុស្ស គឺបែបនេះហើយ ទាល់តែកិច្ចការមួយសម្រេច ទើប គេមានហេតុផលថាវាអាច ទៅរួច។ ដូច្នេះ ស្រមៃទៅ កុំខ្លាច ហើយខំធ្វើវាម្តងបន្តិចៗ កុំឱ្យខាន។

នឹកដល់រឿងក្តីស្រមៃ ខ្ញុំមានរឿងថ្ងៃមួយ ដែលធ្លាប់ប្រាប់ខ្ញុំតែម្តង។ រឿងនោះមានចំណងជើងថា "អ្នកប្រដាល់មិនដែលឈ្នះ" ដែលនិយាយពីការប្រឹងប្រែងសម្រេចក្តីស្រមៃរបស់កីឡាករដ៏អន់ម្នាក់។ គេឡើងដាល់ចាញ់រាល់លើក សូម្បីតែពេលត្រូវការលុយដើម្បីព្យាបាលភ្នែកសង្សារខ្លួនឯង ក៏ចាញ់គេដែរ។ ដល់ចុងក្រោយ អ្នកប្រដាល់នេះ បានក្លាយជាថៅកែរោងចក្រគុយទាវទៅវិញ។ តាមពិត គាត់មានជំនាញខាងធ្វើគុយទាវ ច្រើនជាងប្រដាល់ ហេតុនេះ គាត់គ្រាន់តែផ្លាស់ប្តូរក្តីស្រមៃរបស់គាត់បន្តិច គាត់ក៏យកបានជោគជ័យយ៉ាងធំធេង។ ខ្ញុំមិនដែលសរសើររឿងថៃទេ តែរឿងនេះ ធ្វើឱ្យខ្ញុំរកលេសមិនសរសើរមិនបានសោះ។

ក្តីស្រមៃ មានចរិតអឿណាស់។ វាចង់ឱ្យយើងដេញតាមវា

ស្នាមញញឹមបានហើយ។ ចាំខ្ញុំប្រាប់ ពីប្រយោជន៍នៃការជួយជាស្នាមញញឹមនេះ តែមុននឹងអានបន្ត ញញឹមមួយទៀតមកដើម្បីឱ្យខ្ញុំមានចិត្តសរសេរ។

ដំបូង ពេលយើងញញឹម អ្នកដទៃនឹងអស់អារម្មណ៍ខ្លាច។ បន្ទាប់មក គេនឹងបង្ហាញភាពស្និទ្ធស្នាលដាក់យើងវិញ។ ក្រោយមកទៀត គេរីករាយពេញមួយថ្ងៃ ព្រោះមានមនុស្សញញឹមដាក់គេមុន។ តែបើយើងនៅតែញញឹមទៀត គេនឹងគិតថាយើងមិនសូវគ្រប់ ហើយរត់ចេញពីយើងតែម្តង។ ដូច្នេះកុំញញឹមលើសពីបីដង តែបើញញឹមឱ្យបានយូរ មិនអីទេ។ អ្វីដែលខ្ញុំសរសេរនេះ ជាទ្រឹស្តីមួយដែលគ្មានអ្នកណាជឿ ព្រោះនេះជាទ្រឹស្តីរបស់ខ្ញុំ។ បើអ្នកទាំងអស់គ្នាជឿលើទ្រឹស្តីនេះ សូមញញឹមមួយទៀតជាលើកចុងក្រោយ។ យើងបានដឹងហើយថា ការជួយ ជាស្នាមញញឹម ងាយស្រួលប៉ុណ្ណា ហើយយើងក៏មិនបាច់ញញឹមលើសពីបីដងដែរ។

ឥលូវ រើសយកការជួយតាមប្រភេទណាមួយ ហើយធ្វើវាឱ្យបានញឹកញាប់។ បើមិនដឹងថារើសមួយណាឱ្យសមនឹងខ្លួនឯង

ធ្វើជាអ្នកដឹកនាំ។ ពួកគេចូលចិត្តរង់ចាំឱ្យអ្នកដទៃមកដឹកដៃដើរ។

ទោះបីជាពេលនេះ យើងមិនមានឱកាស ឬសមត្ថភាពមិនទាន់គ្រប់ទៅដឹកនាំអ្នកផ្សេងមែន តែយើងក៏អាចទៅដឹកនាំខ្លួនឯងបានដែរ។ **ភាពជាអ្នកដឹកនាំ ចាប់ផ្ដើមពីខ្លួនយើងផ្ទាល់ហើយ។** បើបញ្ជាខ្លួនឯងមិនបានផង តើមានសង្ឃឹមប៉ុន្មានភាគរយទៅធ្វើឱ្យគេគោរព និងធ្វើតាមនោះ? នៅក្នុងចំណុចនេះ យើងនិយាយតែពីការដឹកនាំខ្លួនឯងប៉ុណ្ណោះ ព្រោះការដឹកនាំអ្នកដទៃ នឹងក្លាយជារឿងងាយ នៅពេលយើងអាចចាត់ការខ្លួនឯងឱ្យរៀបរយហើយ។

ការដឹកនាំខ្លួនឯងមានពីរផ្នែក គឺ ដឹកនាំដោយប្រើខួរក្បាល និងដឹកនាំដោយប្រើបេះដូង។ នៅក្នុងខ្លួនយើង ពីរផ្នែកនេះសំខាន់ជាងគេ។ ខួរក្បាល សំដៅលើការគិតពិចារណា ការរៀបគម្រោង ឬការវិភាគនានា។ រីឯ បេះដូង សំដៅលើការស្រលាញ់ ការចូលចិត្តពីកំណើត ឬការប្រើអារម្មណ៍។ បើខ្ញុំសរសេរបែបនេះ អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចនឹងពិបាកយល់បន្តិច

ស្បៀតផ្កា កញ្ឆែងក និងប្រជុំចិញ្ចើម ដើម្បីទប់ជម្ងឺរបស់ខ្ញុំ។ ឱ្យតែឈឺ គឺវាអ៊ីចឹង ។ អ្វីក៏មិនបានធ្វើដែរ មួយថ្ងៃៗ ដេកឱបតែក្បាលប៉ុណ្ណោះ។

រហូតមកដល់ពេលនេះ ខ្ញុំនៅធ្វើទុក្ខម្នាក់ប៉ុណ្ណោះ ព្រោះខ្ញុំបានផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់មួយចំនួនចេញ។ វិធីសាស្ត្រខាងក្រោមជាអ្វីដែលខ្ញុំធ្វើដើម្បីសុខភាពខ្លួនឯង។ ខ្ញុំមិនដឹងថាពេលណាទើបក្បាលខ្ញុំលែងឈឺនោះទេ តែខ្ញុំដឹងថាវិធីសាស្ត្រខាងក្រោមអាចធ្វើឱ្យសុខភាពប្រសើរឡើងបាន ៖

- កុំផឹក កុំជក់។ វាគ្មានអ្វីពិបាកទេគ្រាន់តែឈប់ផឹកគ្រឿងស្រវឹង និងជក់នោះ។ ខ្ញុំអាចធ្វើបាន ហើយអ្នកទាំងអស់គ្នាក៏អាចធ្វើបាន។ យើងត្រូវគិតថាពេលដែលនរណាម្នាក់ប្រាប់យើងឱ្យទៅផឹកជាមួយគេ ឬជក់ជាមួយគេ បានន័យថា ពួកគេចង់ឱ្យយើងអាយុខ្លីហើយ ដូច្នេះ ចេញឱ្យឆ្ងាយពីពួកគេបន្តិច ក៏ល្អដែរ។ យើងនឹងក្លាយជាមនុស្សខុសគេបន្តិច ព្រោះនៅពេលដែលគេគ្រប់គ្នាយល់ថា “ការផឹកស្រា ជា

ឱ្យយើងមានភាពថ្លៃថ្នូរបាន។

ជាចុងក្រោយ តើអ្នកទាំងអស់គ្នា យកការរស់នៅប្រភេទណាដែរ? បើមិនអាចរើសបាន មិនបាច់រើសទេ យកទាំងអស់ក៏បាន ព្រោះទាល់តែប្រើការរស់នៅទាំងបួនប្រភេទនេះ ចូលគ្នា ទើបជីវិតយើងពេញលេញ។ ខ្ញុំគួរតែបញ្ចូលប្រភេទទីប្រាំមួយទៀត គឺ ការរស់នៅដោយពេញលេញ តែមិនចាំបាច់ទេ ព្រោះបើយើងជ្រើសរើសរស់នៅតាមបួនប្រភេទនេះហើយ ជម្រើសទីប្រាំ នឹងមកដោយឯកឯង។

Preview from Notesale Page 74

និយាយចេញពីក្នុងចិត្ត

បើសិនជាមាត់ និងចិត្តយើងស៊ីចង្វាក់គ្នាល្អ បានន័យថា យើងជាមនុស្សស្មោះត្រង់។ យើងនិយាយដោយចេញពីចិត្តពិតប្រាកដ ព្រោះយើងចង់ឱ្យអ្នកដទៃយល់ពីចិត្តយើង។ មនុស្សជាច្រើនមិនហ៊ាននិយាយអ្វីដែលនៅក្នុងចិត្តចេញមក ឬនិយាយខុសពីចិត្ត រួចហើយតាំងចាប់ផ្ដើមធ្វើតួកំសត់ ថាគ្មានអ្នកណាយល់ចិត្តខ្លួនឯង។ តើចង់ឱ្យគេយល់យ៉ាងម៉េច បើយើងមិនប្រាប់គេផង?

តាមពិត ក្នុងនាមជាមនុស្ស គួរតែនិយាយពាក្យចេញពីចិត្តឱ្យបានច្រើន។ ពេលខ្លះអ្វីដែលយើងនិយាយ អាចមិនត្រូវចិត្តអ្នកណាម្នាក់មែន តែវាបានបង្ហាញថាយើងជាមនុស្សត្រង់ ហើយជាផលតបស្នង យើងនឹងមានមនុស្សត្រង់មកនៅក្បែរខ្លួនកាន់តែច្រើន។ អ្នកដែលចូលចិត្តនិយាយពាក្យមិនពិត នឹងចាកចេញដោយខ្លួនឯង។

ខ្ញុំមានរឿងមួយរបស់មនុស្សម្នាក់ដែលខ្ញុំតែងតែយកគម្រូតាម

Preview from Notesale.co.uk Page 79

ចិត្ត អាចនឹងឱ្យអ្នកដទៃមិនចូលចិត្ត តែត្រូវចាំថា អ្នកដែលមិនចូលចិត្តនោះ ជាមនុស្សដែលរស់នៅជាមួយការកុហក ជាមនុស្សអាក្រក់ និងជាមនុស្សកំសាក។ ទោះបីជាគេមិនចេញពីយើង ក៏យើងត្រូវដើរចេញពីគេដែរ។ **បើចង់ធ្វើខ្លួនជាមនុស្សល្អ យើងត្រូវនៅឱ្យឆ្ងាយពីមនុស្សអាក្រក់ឱ្យបានច្រើនបំផុត។ បើយើងដេកលើគំនរសំរាម មិនយូរមិនឆាប់ទេ យើងនឹងជាប់ក្លិនសំរាមដែរមិនខាន។**

ឥឡូវ ទុកឱ្យខ្ញុំជាអ្នកចាប់ផ្តើមនិយាយពាក្យពិតមុនទៅចុះ។ អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចនឹងមិនពេញចិត្ត ឬក៏ឈប់អានបន្តទៀត តែនេះជាពាក្យពិត វាពិបាកស្តាប់ចូលបន្តិចហើយ។ បើសិនជាអ្នកទាំងអស់គ្នាអានចំណុចនេះហើយ តែមិនហ៊ាននិយាយពាក្យក្នុងចិត្តចេញមក នោះអ្នកទាំងអស់គ្នាគ្រាន់តែជាមនុស្សកំសាកប៉ុណ្ណោះ។ **បើហ៊ានតែមិនព្រមនិយាយ ព្រោះជាប់ស្នេហ៍នឹងការកុហក នោះអ្នកទាំងអស់គ្នាជាមនុស្សថោកទាប។** បើអានលេងៗ ដោយមិនធ្វើតាម នោះអ្នកទាំងអស់គ្នានឹងក្លាយជាមនុស្សអត់បានការ។

Preview from Notesale Page 82

គ្រួសារ

យើងងាកមកនិយាយពីគ្រួសារវិញម្តង ព្រោះយើងម្នាក់ៗ សុទ្ធតែចេញមកពីគ្រួសារណាមួយទាំងអស់។ នៅលើអ៊ីនធឺណេត មាននិយមន័យរបស់គ្រួសារមួយដែលស្តាប់ទៅទំនងដែរ គឺ “**គ្រួសារ ជាកន្លែងដែលមនុស្ស និងក្តីស្រលាញ់រួមបញ្ចូលគ្នា**”។ និយមន័យនេះ បានផ្តល់ផ្លូវថ្មីមួយសម្រាប់ខ្ញុំក្នុងការបកស្រាយ។ ដូច្នេះ ឱ្យតែមានមនុស្ស និងក្តីស្រលាញ់ គេអាចហៅថា គ្រួសារបានហើយ មិនចាំបាច់តែមានខ្សែស្រឡាយជាមួយគ្នានោះទេ។ ខ្ញុំនឹងចែកនិយមន័យជា ៣ ដើម្បីងាយស្រួលពន្យល់។

ទីមួយ គឺ គ្រួសារ ជាមិត្តភាព។ នៅពេលយើងចេះស្នៀកខោដោយខ្លួនឯង គឺជាពេលដែលយើងអាចចេញទៅក្រៅដើម្បីបង្កើតមិត្តភាពថ្មីបានហើយ។ បើយើងសម្គាល់បន្តិច យើងនឹងឃើញថា ក្មេងតូចៗ លេងជាមួយគ្នាយ៉ាងសប្បាយ ដូចពេលដែលគេលេងជាមួយឪពុកម្តាយដែរ។ នោះគឺជា គ្រួសារទីពីរ

មាន ការគាំទ្ររបស់មិត្តរួមក្រុម ឬការសរសើររបស់ថ្នាក់លើ។ អ្នកដែលធ្វើការបានល្អ មានទំនុកចិត្តជាងអ្នកដែលមិនធ្លាប់ធ្វើ។ ការងារ ជួយបង្រៀនមនុស្ស។ អ្នកណាក៏ដឹងពីរឿងនេះដែរ។ គេហទំព័រ Inc.com ដែលផ្ដោតសំខាន់លើអាជីវកម្មខ្នាតតូច បានលើកពីចំណុចមួយទៀតនៃការបង្កើតទំនុកចិត្ត គឺស្វែងរកអ្នកបង្ហាញផ្លូវ។ នៅពេលយើងធ្វើការ យើងមានមនុស្សជាច្រើនដែលធ្លាប់ដើរមុនយើង ហេតុនេះ យើងអាចលួចរៀន ឬរៀនបើកចំហរពីពួកគាត់បាន។ ទំនុកចិត្តយើងនឹងកើនឡើង ព្រោះយើងមានខ្នងបង្អែកមួយរួចទៅហើយ។

នៅកន្លែងធ្វើការរបស់ខ្ញុំ អ្នកចាំបង្ហាញផ្លូវខ្ញុំ គឺប្រធានក្រុមហ៊ុន។ ការងារឱ្យហ្វាញ ពាក់ព័ន្ធច្រើនជាមួយនឹងមុខមាត់ក្រុមហ៊ុន ដូច្នេះធ្វើឱ្យខ្ញុំ និងគាត់មានកិច្ចការច្រើនត្រូវពិភាក្សាគ្នា។ គាត់ត្រូវចែករំលែកតិចនិចក្នុងការធ្វើទីផ្សារ មកឱ្យខ្ញុំស្ដាប់ដើម្បីមានគំនិតក្នុងការឱ្យហ្វាញ។ គ្រប់យ៉ាងដែលខ្ញុំធ្វើចេញមក សុទ្ធតែមានទំនុកចិត្តទាំងអស់ ព្រោះខ្ញុំបានយកយោបល់ពីគាត់ខ្លះ មកផ្សំនឹងគំនិតរបស់ខ្លួនឯង។ បើសិនជាសួររក

Preview from No
Page101

- រៀនដើម្បីចេះគិត ៖ ផ្នែកសំខាន់បំផុតរបស់រាងកាយមនុស្ស គឺខួរក្បាល ព្រោះវាជាអ្នកបញ្ជាពីលើសកម្មភាព និងការសម្រេចចិត្តគ្រប់យ៉ាង។ នៅពេលរៀន យើងមិនគ្រាន់តែទន្ទេញតាមគ្រូ ឬសៀវភៅនោះទេ តែយើងត្រូវគិតមើលថាអ្វីដែលរៀនមកនោះសមហេតុផលឬអត់។ **ការចេះគិត ជាលទ្ធផលល្អជាងគេដែលបានមកពីការរៀន**។ អ្នកខ្លះរៀនបានច្រើន តែមិនចេះគិត ធ្វើរឿងដែលប៉ះពាល់ដល់អ្នកដទៃ ឬខ្លួនឯងទៅវិញ។ នៅមានមួយចំណុចទៀត គឺ ចេះឆ្ងល់។ ពេលណាដែលយើងចេះគិត យើងនឹងមានចម្ងល់ ហើយវានឹងនាំយើងទៅរកចំណេះដឹងថ្មីៗផ្សេងទៀត ដែលអ្នកដទៃគេមិនចាប់អារម្មណ៍។
- រៀនដើម្បីរស់នៅ ៖ បើខ្ញុំប្រាប់អ្នកទាំងអស់គ្នាថា "**ទាល់តែចេះរៀន ទើបចេះរស់**" តើសុខចិត្តជឿខ្ញុំដែរទេ? នៅពេលដែលខ្ញុំរៀននៅសាលា ខ្ញុំរកឃើញមេរៀនមួយដែលធ្វើឱ្យខ្ញុំត្រៀមខ្លួនបានជាមុន។ ក្នុងថ្នាក់ សិស្សម្នាក់ៗព្យាយាមប្រជែងគ្នាដើម្បីបាន

Preview from Notesale.co.uk Page 118

ពិន្ទុល្អជាងគេ។ បើមើលតែមួយភ្លែត ការប្រជែងគ្នាក្នុងថ្នាក់រៀន ជារឿងល្អ ព្រោះធ្វើឱ្យសិស្សមានចិត្តខំប្រឹង និងមានភាពក្លាហាន។ ប៉ុន្តែបើមើលឱ្យយូរវិញ នេះជាទម្រង់នៃការប្រជែងគ្នាក្នុងសង្គមមនុស្ស ។ "**អញជាន់លើឯង ដើម្បីអញបានខ្ពស់**" គឺជាមេរៀនដែលខ្ញុំបានពីសាលា។ ពេលនោះ ខ្ញុំគិតថា បើក្នុងថ្នាក់ គេប្រជែងគ្នាប៉ុណ្ណឹងហើយ ចុះទម្រាំតែនៅសង្គមខាងក្រៅទៀត តើវានឹងសាហាវប៉ុណ្ណា? ក្រោយពីគិតបែបនេះហើយ ខ្ញុំក៏ត្រៀមខ្លួនដើម្បីប្រជែងក្នុងការរស់នៅជាមួយគេដែរទៅ។ ការត្រៀមខ្លួនរបស់ខ្ញុំ គ្មានអ្វីពិសេសទេ គឺគ្រាន់តែខ្ញុំរៀនអ្វីដែលចាំបាច់យកមកប្រើប៉ុណ្ណោះ។ បើខ្ញុំមិនរៀនទេ ខ្ញុំក៏មិនដឹងថារស់នៅបានដោយរបៀបណាដែរ។

ការរស់នៅ ជារឿងពិបាកណាស់ ដូច្នេះអ្នកដែលមិនបានរៀន ប្រាកដជាត្រូវខាតពេលច្រើនជាមួយនឹង

យល់ គឺមកពីយើងមិនបានរៀន ទើបមិនដឹងថាត្រូវធ្វើយ៉ាងណា។ **ក្តីស្រមៃរបស់យើង មិនអាចមានអ្នកណាមកជួយសម្រេចបានទេ**។ យើងត្រូវឱ្យដឹងថា តើផ្លូវណាទើបនាំយើងទៅដល់ក្តីស្រមៃបាន? ខ្ញុំមានឧទាហរណ៍ពីស្ត្រីមួយ ដែលបានពីមិត្តភក្តិជិតស្និទ្ធរបស់ខ្ញុំម្នាក់។ គាត់ចង់បើកកន្លែងចាក់សាំងនៅតាមខេត្ត ព្រោះវាអាចរកចំណូលបានច្រើន ប៉ុន្តែគាត់មិនដឹងអ្វីទាំងអស់ពីរឿងនេះ។ គាត់ត្រូវរៀនពីគេសិន ព្រោះបើមិនដូច្នោះទេ ក្តីស្រមៃរបស់គាត់នឹងគ្មានផ្លូវក្លាយជាការពិតទេ។ គាត់ចាប់ផ្តើមរាប់អានអ្នកដែលគេមានកន្លែងចាក់សាំង និងសាកសួរពីក្រុមហ៊ុនរៀបចំសាងសង់ការ៉ាស់សាំង។ គាត់ត្រូវរៀនពីឱកាសចំណេញពីការលក់សាំង និងស្វែងយល់ពីហានិភ័យផ្សេងទៀត។ មិត្តភក្តិរបស់ខ្ញុំពេលរៀនក្នុងថ្នាក់មិនសូវពូកែទេ តែបើរឿងរកស៊ីចាប់បានលឿនណាស់។ គាត់រៀនដើម្បីតែក្តីស្រមៃរបស់គាត់ដែរ។

Preview from No
Page 121

អាស្រ័យទៅលើអ្វីដែលគេធ្វើ និងមនុស្សផងដែរ។ អ្នកខ្លះត្រូវប្រើពេលរហូតដល់ទៅ ៨ខែ ដើម្បីសម្រេចទម្លាប់ ឬអត្តចរិតមួយ។

មិនថាយើងចង់បានអ្វីក្នុងជីវិតនោះទេ ការពិតមួយដែលយើងចាំបាច់ត្រូវតែទទួលស្គាល់ គឺ បើធ្វើតែម្ដង មិនអាចយកវាបានទេ។ យើងមិនអាចធ្វើការមួយថ្ងៃ ហើយសង្ឃឹមថាខ្លួនឯងនឹងក្លាយជាអ្នកមាននោះទេ។ យើងក៏មិនអាចដាំដើមឈើមួយថ្ងៃ ហើយរង់ចាំបេះផ្លែឈើនៅថ្ងៃស្អែកដែរ។ ហ្វឹកហាត់ចិត្តរបស់យើង ឱ្យធ្វើរឿងដែលយើងចង់បាន ម្ដងហើយម្ដងទៀត។ យើងមិនត្រូវឈប់ពាក់កណ្ដាលទីទេ ព្រោះឱ្យតែយើងហ៊ានឈប់ យើងច្បាស់ជាត្រូវធ្វើគ្រប់យ៉ាងឡើងវិញមិនខាន។ យើងធ្វើមួយថ្ងៃហើយមួយថ្ងៃទៀត រហូតទៅដល់អ្វីដែលយើងចង់បាន។

ខ្ញុំមានកំណាព្យមួយឃ្លាដែលតែងដោយខ្ញុំ សម្រាប់អ្នកទាំងអស់គ្នាអានលេង។ “**ធ្វើម្ដងកុំទាន់ផ្អាក កុំកំសាកបោកខ្លួនឯងផលវាឃើញជាក់ស្ដែង សម្ដែងថាគ្មានបានអ្វី**”។

Preview from No
Page 126

យើងមិនចាំបាច់ក្លាយខ្លួនជាអ្នកនិពន្ធ ទើបអាចសរសេរ និង

អានបាននោះទេ ព្រោះរឿងពីរនេះមិនប្រកាន់អាជីពឡើយ។ អ្នកនយោបាយក៏អាចសរសេរបាន ប្រជាជនធម្មតាក៏អាចសរសេរបាន គ្រាន់តែចាំថា **ពេលអាន គឺដើម្បីខ្លួនយើង ដល់ពេលសរសេរ គឺដើម្បីអ្នកដទៃ និងខ្លួនយើងដែរ។** ត[illegible]ពេលអានក៏យើងបានជួយគេដែរ គឺជួយដល់អ្នកនិពន្ធ។ និយាយរួម យើងត្រូវអាន និងសរសេរឱ្យបានច្រើនដើម្បីការរស់នៅ។

Preview from Notesale.co.uk Page 139

កុំខ្វល់ពីមនុស្សអឿ និងអួត

មនុស្សអឿ តែងតែអួត ហើយមនុស្សអួត តែងតែអឿ។ យើងមិនអាចវាយតម្លៃបានថា អឿ និងអួត មួយណាល្អជាងគ្នាទេ ព្រោះពីរនេះសុទ្ធតែអាក្រក់។ មនុស្សអឿ និងអួត មិនដែលគិតអ្វីផ្សេង ក្រៅពីមុខមាត់ក្លែងក្លាយរបស់ពួកគេនោះទេ។ ពួកគេ យល់ថា ខ្លួនជាចំណុចសំខាន់ដែលមនុស្សគ្រប់គ្នាគួរតែចាប់អារម្មណ៍ ហេតុនេះទើបព្យាយាមធ្វើដូចជាអស្ចារ្យជាងអ្នកដទៃណាស់។ មនុស្សអួត ជឿថាអ្នកដទៃជឿអ្វីដែលខ្លួនអួត រីឯមនុស្សអឿ ជឿថា អ្នកដទៃកោតក្រែងចរិតអឿរបស់ខ្លួន។

ទាល់តែយើងរស់ក្នុងរូងភ្នំម្នាក់ឯង ទើបមិនធ្លាប់ជួបមនុស្សអួត និងអឿ។ នៅកន្លែងណាក៏ដោយ មិនថាកន្លែងធ្វើការ ឬថ្នាក់រៀន តែងតែមានមនុស្សពីរប្រភេទនេះជានិច្ច។ ហើយកាន់តែពិសេសទៀតនោះ គឺនៅពេលដែលមនុស្សម្នាក់មានទាំង អួត និងអឿព្រមគ្នាតែម្តង។

Preview from Notesale.co.uk Page 140

ទោះបីជាវាតិចតួចក៏ដោយ តែនៅល្អជាងមិនបានធ្វើអ្វីសោះ។

អ្នកនិពន្ធ Stephen King ធ្លាប់បាននិយាយពីបទពិសោធន៍ក្នុងការសរសេររឿង ទៅកាន់ពួកនិស្សិតក្នុងសាលាមួយ។ កាលពីគាត់នៅក្មេង គាត់មានគំនិតមួយសម្រាប់សរសេរជារឿង ប៉ុន្តែដោយសារគាត់នៅក្មេងពេក មិនអាចសរសេរវាបានល្អ ទើបគាត់ទុកគំនិតរឿងនោះមួយរយៈសិន។ គាត់ក៏ងាកមកសរសេររឿងខ្លី និងរឿងដែលមិនសូវទាមទារបទពិសោធន៍ច្រើនវិញ។ គាត់ធ្វើអ្វីដែលអាចធ្វើបានហើយអ្វីដែលគាត់ទៅមិនរួច គាត់មិនរវល់ឡើយ។ រហូតដល់អាយុច្រើនល្មមទើបគាត់យករឿងនោះ មកសរសេរម្តងទៀត។ រាល់ថ្ងៃខ្ញុំក៏រៀនតាមគាត់ដែរ បើរឿងវែងខ្ញុំមិនអាចសរសេរបាន ខ្ញុំងាកមកសរសេររឿងខ្លីជំនួសវិញ ព្រោះខ្ញុំគ្រាន់តែចង់ធ្វើអ្វីម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះ។

ខ្ញុំបានសរសេររឿងខ្លីមួយចំនួនដាក់នៅលើប្លុករបស់ខ្ញុំ។ **អ្វីដែលខ្ញុំសរសេរ គឺជាអ្វីដែលខ្ញុំអាចធ្វើបាន**។ ខ្ញុំកែតម្រូវគ្រប់កន្លែងដែលអានហើយមានអារម្មណ៍ថាឆ្គង។ ខ្ញុំយករឿងមក

ដែលទៅមិនរួចវិញ?

ទីពីរ គឺមិនធ្វើឱ្យស្មុគ្រស្មាញ ឬបាក់ទឹកចិត្ត ។**បញ្ហា នឹងកាន់តែស្មុគ្រស្មាញ បើយើងរកមិនឃើញដំណោះស្រាយ តែបែរជាបន្ថែមបញ្ហាមកវិញទៀត**។ នៅពេលដោះស្រាយបញ្ហា ឬធ្វើការអ្វីមួយ វិធីសាស្ត្រដែលល្អ គឺបំបែកវាជាផ្នែកតូចដើម្បីងាយស្រួលចាត់ការ ។ រាល់ពេលដែលធ្វើកិច្ចការសាលាម្តងៗ ខ្ញុំតែងតែធ្វើកិច្ចការណាដែលខ្ញុំអាចធ្វើបានមុន ព្រោះបើចាំធ្វើសរុបតែម្តង ការងារនោះដឹងតែទៅមុខមិនរួចតែម្តង ។ ចំណុចណាអាចធ្វើបាន ធ្វើឱ្យហើយ កុំទុកឱ្យវាក្លាយជាបន្ទុកនៅពេលក្រោយ ។

ទីបី គឺ ទទួលបានបទពិសោធន៍ជាបន្តបន្ទាប់ ។ អ្វីដែលយើងមិនទាន់ធ្វើបាន យើងទុកមួយឡែកសិន ។ នេះមិនមែនបានន័យថាយើងមិនធ្វើវានោះទេ គ្រាន់តែពេលវេលាមិនទាន់មកដល់ ។ ខំធ្វើយ៉ាងម៉េច បើមិនទាន់ដឹងក្បាលកន្ទុយផងហ្នឹង? នៅពេលយើងចាប់ផ្តើមធ្វើរឿងដែលយើងអាចធ្វើបាន យើងអាចឆ្លៀតពេលរៀនបន្ថែម ឬថាមិនត្រូវយើងអាចនឹងបែក

Preview from Notesale Page 146

ការយល់ឃើញរបស់អ្នកដទៃ ហើយការពារផ្តាប់មុខនូវការយល់ឃើញរបស់ខ្លួន។ ការយល់ឃើញមានមុខពីរជានិច្ច គឺខាងយើង និងខាងគេ ហើយមុខកាត់ទាំងសងខាងនេះ អាចមិនមែនជាការពិតទៀតផង ឬក៏អាចជាការពិតទាំងពេញ។

ពេលមនុស្សជួបនឹងការយល់ឃើញអ្វីមួយ ខ្លួនតែងតែមានការ[illegible]យល់ឃើញមួយទៀតដែលយល់ស្រប ឬប្រឆាំងនឹងការយល់ឃើញដែលបានជួបនោះ។ **វាមិនខុសទេ ដែលគ្រាន់តែយើងមានការយល់ឃើញ តែវារឹតតែមិនខុសបើយើងចេះគោរពការយល់ឃើញរបស់អ្នកដទៃ។** យើងស្មានតែមានតែយើងម្នាក់ដែលមានការយល់ឃើញអ្វី? បើស្មានអ៊ីចឹងមែន ទើបវាខុស។

កាលពីឆ្នាំមុន ខ្ញុំបានយល់ស្របនឹងការយល់ឃើញមួយនៅលើអ៊ីនធឺណេត ដែលគេនិយាយថា គ្រប់សត្វទាំងអស់សុទ្ធតែចង់រស់។ គេបានបង្ហាញវីដេអូអំពីការរងទុក្ខវេទនា និងការសម្លាប់យ៉ាងឃោរឃៅ នៅតាមរោងចក្រផលិតសាច់ជាច្រើនកន្លែង។ ខ្ញុំក៏ចាប់ផ្តើមមានការយល់ឃើញផ្ទាល់ខ្លួនដែរ ហើយក៏បានផ្លាស់ប្តូររបបអាហាររបស់ខ្ញុំ ដោយកាត់សាច់សត្វចេញ

Preview from Notesale.co.uk
Page 150

តែអ្នកទាំងអស់គ្នាខ្លួនឯងទេ ដែលដឹងច្បាស់ថាផ្លូវមួយណាដែលត្រូវសម្រាប់ខ្លួន។

ការធ្វើតាមអ្វីដែលខ្លួនឯងយល់ឃើញ ធ្វើឱ្យមនុស្សមានភាពឯករាជ្យក្នុងការរស់នៅ និងហ៊ានសម្រេចចិត្តពេលជួបបញ្ហា។ វាធ្វើឱ្យយើងអស់ចិត្តទៀតផង។ អ្នកខ្លះស្ដាប់តាមការយល់ឃើញរបស់ឪពុកម្ដាយ ទោះបីជាបានគួរល្អពិតមែន ក៏នៅតែមិនទាន់អស់ចិត្ត ព្រោះមិនបានរើសដោយខ្លួនឯង។ បើមានអ្នកថាគេអស់ចិត្ត គឺគេកុហកខ្លួនឯងទេ។ ចំណុចនេះសំខាន់ណាស់ សម្រាប់ភាពរីករាយ។ យើងទៅកីឡាករប្រដាល់ បើគាត់ប្រកួតដោយអស់ចិត្ត ទោះបីចាញ់ក៏គាត់នៅសើចចេញដែរ ព្រោះគាត់បានបញ្ជាក់គ្រប់យ៉ាងអស់ហើយ។

Preview from Notesale
Page 153

ការធ្វើតាមការយល់ឃើញផ្ទាល់ខ្លួន នឹងបង្រៀនយើងពីទំនួលខុសត្រូវ។ ភាគច្រើន ពេលធ្វើតាមគេ ហើយខុស យើងនឹងបន្ទោសអ្នកនេះ អ្នកនោះ តែបើយើងធ្វើតាមការយល់ឃើញរបស់ខ្លួនឯង យើងមិនអាចបន្ទោសអ្នកណាបានទេ។ **ការមិនបន្ទោសគេនេះហើយ ជាការចាប់ផ្ដើមនៃទំនួលខុសត្រូវចំពោះ**