ជោគជ័យ និង អត្ថន័យជីវិត

មាគ៌ាទៅកាន់ភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល

www.elibraryofcambodia.org

ព្រាប កុល

www.elibraryofcambodia.org

ព្រាប កុល

ជោគជ័យ និង អត្ថន័យជីវិត

មាគ៌ាទៅកាន់ភាពជោគជ័យ និង សុភមង្គល

បោះពុម្ពលើកទី១ ខែធ្នូ ឆ្នាំ ២០១៣
www.elibraryofcambodia.org

មាតិកា

[illegible]ណ.....v
[illegible].....vii
[illegible]នេះ.....viii
សេចក្តីផ្តើម.....ix

ជំពូក១. ស្គាល់ខ្លួនឯង រៀបចំគោលដៅ និងផែនការ ដើម្បីភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល

១. ស្គាល់ចំណង់ចំណូលចិត្តខ្លួនឯង.....5
២. ស្គាល់ទេពកោសល្យខ្លួនឯង.....18
៣. កំណត់គោលដៅសម្រាប់ជីវិត.....[illegible]
៤. ធ្វើផែនការសកម្មភាព និងអនុវត្ត.....[illegible]

ជំពូក២. បង្កើតទម្លាប់ល្អ និងធ្វើសកម្មភាពដែលនាំទៅរកភាព[illegible]

១. មានជំនឿចិត្តលើខ្លួនឯង.....[illegible]
២. បង្កើតជំនឿដែលនាំផលចំណេញ និងលុបបំបាត់ជំនឿដែលអន់ថយ.....53
៣. ការគិត គឺជាការប៉ងប្រាថ្នា.....57
៤. ដោះស្រាយបញ្ហា និងសម្លឹងរកមើលឱកាសនៅពេលជួបបញ្ហា.....62
៥. មានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយអ្នកដទៃ.....74
៦. មានចិត្តទូលាយ ចេះចែករំលែកភាពជោគជ័យ និងជួយអ្នកដទៃ.....79
៧. ឱ្យតម្លៃពេលវេលា និងធ្វើសកម្មភាពដែលមានប្រយោជន៍ឱ្យបានច្រើន.....85
៨. កសាងភាពជាអ្នកដឹកនាំ.....93
៩. បង្កើតភាពរីករាយ និងបន្ថយទោមនស្សនៅក្នុងចិត្ត.....101

www.elibraryofcambodia.org

ជំពូក៣. កសាងមូលដ្ឋានគ្រឹះសម្រាប់ជីវិត ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យយូរអង្វែង

១. យល់ដឹងអំពីភាពជាមនុស្ស និងបញ្ហាដែលត្រូវប្រឈម និងត្រូវជៀសវាង..........112
២. ជឿលើបុណ្យ និងបាប ឬ កម្មផល 114
៣. គិតត្រូវ និងប្រព្រឹត្តត្រូវ ជាទុនដ៏សំខាន់សម្រាប់ភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល.....115
៤. ស្គាល់មុខមាត់នៃភាពជោគជ័យ 117
៥. សាងសង់ទ្វាររបងការពារកុំឲ្យធ្លាក់ខ្លួនទៅក្នុងការប្រព្រឹត្តខុស..........123
៦. ស្គាល់កំហុស ហើយចេះកែតម្រូវ ជាសេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់មនុស្ស..........127
៧. ចេះអធ្យាស្រ័យជាចរិតរបស់អ្នកខ្លាំង..........127
៨. ទប់កំហឹងបញ្ចៀសមហន្តរាយ..........131
៩. រក្សាសុខភាពឲ្យបានល្អ..........136
១០. រៀនសូត្របន្ថែមអំពីជីវិត..........138

សេចក្តីសន្និដ្ឋាន..........140

www.elibraryofcambodia.org

ថ្លែងអំណរគុណ

ខ្ញុំមិនអាចបោះពុម្ពសៀវភៅមួយក្បាលនេះបានឡើយ ប្រសិនបើគ្មានការជួយជ្រោមជ្រែងពីមនុស្សជាទីគោរព ស្រឡាញ់រាប់អាន ដែលមិនគ្រាន់តែជាអ្នកផ្តល់កម្លាំងចិត្តដល់ខ្ញុំឲ្យសរសេរសៀវភៅនេះទេ ថែមទាំងបានចំណាយពេលវេលាជាច្រើនម៉ោងដើម្បីអានសេចក្តីព្រាង និងបានផ្តល់គំនិតល្អៗជាច្រើនមកដល់ខ្ញុំ បន្ថែមលើការជួយកែតម្រូវអក្ខរាវិរុទ្ធនៅក្នុងសៀវភៅនេះ។ ដូច្នេះសៀវភៅនេះ គឺជាបណ្តុំនៃគំនិតមនុស្សជាច្រើននាក់ ដែលមានបំណងផ្តល់ផលប្រយោជន៍ជា[illegible]ដល់អ្នកអាន។

ខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះ លោកស្រី ***ហេង [illegible]*** លោក ***អ៊ី ឡុង*** កញ្ញា ***ណាក់ សុខេមា*** លោក ***មឿន ម៉ន*** លោកស្រី ***យឹម សុគន្ធមាលា*** លោកស្រី ***ឆាយ ពិដោរ*** កញ្ញា ***សាវ៉ាន ចិន្តាមាស*** កញ្ញា ***ពៅ សុធារី*** លោក ***លី ពិជ័យ*** សម្រាប់ការកែតម្រូវអក្ខរាវិរុទ្ធ និងការផ្តល់យោបល់លើខ្លឹមសារ។ ខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណដល់និស្សិត ***ពិដោរ លីដែត ចាត ចន្ថា លី ហួតផេង វ៉ាន់ ម៉ាយ៉ាន ខេន គឹមស្រ៊ិន ម៉ៃ វន្នី ហ៊ិល លីណាលាង ប៊ុនហេង សឿន សាយ័ន្តសន្យា បូ ប៊ុន-ម៉េង កយ សារី អ៊ុន សុភ័ក្ត្រ ប្រាជ្ញ ឋានៈ ចាវ ស៊ីវនី*** ដែលបានជួយបច្ចេកទេសក្នុងការវាយអត្ថបទសៀវភៅនេះ។

ខ្ញុំក៏សូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះ ***លោកជំទាវ ឡូយ ញើមភួង*** សម្រាប់ការផ្តល់យោបល់ជារួមទៅលើខ្លឹមសារ ការកែសម្រួលប្រយោគមួយចំនួន និងជាពិសេសសម្រាប់រាល់ការលើកទឹកចិត្ត ការស្រឡាញ់រាប់អាន និងការគាំទ្រដល់រូបខ្ញុំជាដរាប។

ជាពិសេស ខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណដល់អ្នកមានគុណ គឺលោកឪពុកអ្នកម្តាយ និងជីដូនរបស់ខ្ញុំ ដែលបានចិញ្ចឹមបីបាច់ថែរក្សាការពារ និងអប់រំទូន្មានដល់ខ្ញុំតាំងពីខ្ញុំចាប់កំណើតរហូតដល់ធំ ឆ្លងកាត់ការតស៊ូរស់នៅក្នុងស្ថានភាពក្រលំបាក និងភ្លក់គ្រប់រសជាតិជីវិតរួមគ្នា ក្នុងរយៈពេលជាច្រើនឆ្នាំកន្លងមក។

បន្ថែមពីនេះ ខ្ញុំក៏សូមអរគុណដល់ញាតិសន្តាន បងប្អូន លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ មិត្តភ័ក្តិ និងបុគ្គលគ្រប់រូប ដែលបានចូលរួមផ្តល់ចំណេះដឹង គំនិតយោបល់ និងឱវាទ

www.elibraryofcambodia.org

ល្អៗជាច្រើន ដោយផ្ទាល់ ឬដោយប្រយោល ដែលទាំងអស់នោះបានរួមចំណែកផ្ដល់ឲ្យខ្ញុំបានទទួលគុណភាពជីវិតមួយដ៏សមរម្យ នាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ។

ជាចុងក្រោយ ខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណដល់ប្អូនៗយុវជនជាច្រើននាក់ ដែលបានផ្ដល់ការគាំទ្រ និងផ្ដល់កម្លាំងចិត្តដល់ខ្ញុំឲ្យសរសេរសៀវភៅមួយក្បាលនេះឡើង។ ឥឡូវសៀវភៅនេះបានបញ្ចប់ជាស្ថាពរហើយ បន្ទាប់ពីការខំប្រឹងប្រែងរបស់ខ្ញុំអស់រយៈពេលជាង៣ឆ្នាំកន្លងទៅនេះ។

www.elibraryofcambodia.org

អារម្ភកថា

នៅក្នុងកំឡុងពេលជាង ៣៣ឆ្នាំ កន្លងទៅនេះ ខ្ញុំបានកសាងជីវិតមួយ សម្រាប់ខ្លួនឯង ដែលមនុស្សជាច្រើននាក់បានចាត់ទុកថា ជាភាពជោគជ័យនៅក្នុងជីវិតគួរជាទីមោទនៈ បើគិតអំពីវ័យរបស់ខ្ញុំ និងបើធ្លុះបញ្ចាំងអំពីស្ថានភាពក្រុមគ្រួសារ កាលៈទេសៈនៃការរស់នៅរបស់ខ្ញុំនៅពេលចាប់កំណើត និងពីវ័យកុមារ។ និយាយរួប ខ្ញុំបាន និងកំពុងធ្វើអ្វីដែលជាបេសកកម្មសម្រាប់ជីវិតរបស់ខ្ញុំ ហើយបានកែប្រែសុបិន្តកាលពីវ័យកុមារឲ្យក្លាយទៅជាការពិត។ បន្ទាប់ពីការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយមនុស្សជាច្រើនម៉ឺននាក់ តាមរយៈការងាររអាជីព វគ្គបណ្តុះបណ្តាល សិក្ខាសាលា និងតាមបណ្តាញសារព័ត៌មាននានា ខ្ញុំបានទទួលសំនួរជាច្រើនពីមិត្តភ័ក្តិ មិត្តរួមការងារ និងប្អូនៗយុវជនជាច្រើននាក់ ដែលបានឆ្ងល់ និងចង់ដឹងអំពីគន្លឹះ ឬកត្តាអ្វីខ្លះ ដែលអាចឲ្យខ្ញុំធ្វើនូវកិច្ចការទាំងអស់នេះបាន ខណៈពេល ដែលមនុស្សជាច្រើននាក់ ដែលមានវ័យប្រហាក់ប្រហែលខ្ញុំ និងដែលមានស្ថានភាពរស់នៅ និងកាលៈទេសៈ ប្រសើរជាងខ្ញុំ មិនអាចធ្វើដូចខ្ញុំបាន។

បានអានសៀវភៅនេះ គឺស្មើនឹងបានចំណាយពេលជាច្រើនម៉ោង ដើម្បីស្តាប់ខ្ញុំនិយាយអំពីបទពិសោធន៍ជីវិតផ្ទាល់ខ្លួន និងគន្លឹះសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍ខ្លួន ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យ និងសុភមង្គលសម្រាប់ជីវិត។ ខ្ញុំសង្ឃឹមថាសៀវភៅនេះ នឹងជួយផ្ទុកសង្គ្រោះផ្លូវភាពស្រអាប់ ឬ ភាពស្រពេចស្រពិល ដែលនៅបាំងពីមុខអ្នកឲ្យបានផ្សះស្រឡះថ្មីថ្លា ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចសំឡឹងមើលឃើញច្បាស់ នូវអនាគតដ៏ត្រចះត្រចង់ឡើងរបស់អ្នក។ មិនតែប៉ុណ្ណោះ ខ្ញុំក៏សង្ឃឹមថាសៀវភៅនេះ អាចជួយធ្វើជាឧបករណ៍ត្រួសត្រាយផ្លូវ និងជាប្រទីប ដែលអាចបំភ្លឺផ្លូវឲ្យអ្នកនៅក្នុងដំណើរស្វែងរកភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល។

ភ្នំពេញថ្ងៃទី២៤ ខែឧសភា ឆ្នាំ២០១៣

[illegible]

www.elibraryofcambodia.org

អំពីសៀវភៅនេះ

សៀវភៅនេះអាចជួយអោយអ្នកស្គាល់ខ្លួនឯង ដឹងអំពីចំណង់ចំណូលចិត្ត និងទេពកោសល្យខ្លួនឯង ហើយផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងបេសកកម្ម ឬ គោលដៅសម្រាប់ជីវិត ផែនការសកម្មភាព និងការអនុវត្តន៍ ដើម្បីសម្រេចបានលទ្ធផលជោគជ័យ ដែលនាំទៅរកភាពរីករាយនៅក្នុងចិត្ត និងសុភមង្គលសម្រាប់ជីវិត។ សៀវភៅនេះ គឺមានសរសេរអំពីទម្លាប់ល្អទាំងឡាយ ដែលជាមធ្យោបាយ និងជាយានចម្លងមនុស្សទៅកាន់ភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល។ មូលដ្ឋានគ្រឹះដ៏សំខាន់នៃភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល ដែលក្នុងនោះមាន អត្តចរិក ការប្រព្រឹត្តត្រឹមត្រូវ គុណធម៌ សីលធម៌ និងការចេះគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍ខ្លួនឯង ក៏ជាផ្នែកមួយយ៉ាងសំខាន់នៅក្នុងសៀវភៅនេះដែរ។

សៀវភៅនេះគឺសម្រាប់មនុស្សគ្រប់វ័យ លើកលែងតែជំពូក១ ដែលផ្តោតសំខាន់ទៅលើយុវជន សិស្ស ឬ និស្សិត។ ទោះជាយ៉ាងណាក្តី មនុស្សវ័យកណ្តាល ឬ វ័យចំណាស់ក៏អាចមើលជំពូក១ ដើម្បីជាជំនួយក្នុងការណែនាំ និងផ្តល់យោបល់ដល់កូនៗរបស់ខ្លួន ក្នុងការរៀបចំគោលដៅជីវិត ឬ ការស្វែងយល់អំពីលក្ខណៈសម្បត្តិ ចំណង់-ចំណូលចិត្ត និងទេពកោសល្យរបស់កូន ហើយជួយពួកគេឲ្យរៀបចំប្លង់ជីវិតមួយដ៏សម-ប្រកប។ នៅក្នុងសៀវភៅនេះ មានការបង្ហាញទស្សនៈដោយមានឧទាហរណ៍ជាក់ស្តែងអំពីបទពិសោធន៍ជីវិតរបស់អ្នកនិពន្ធ និងបុគ្គលដែលជោគជ័យមួយចំនួនទៀត។

www.elibraryofcambodia.org

សេចក្តីផ្តើម

នៅក្នុងបឋមវ័យ ខ្ញុំបានឮមនុស្សជាច្រើននាក់និយាយថា ជីវិតមនុស្សយើងគ្រប់រូបសុទ្ធតែត្រូវបានកំណត់មកជាស្រេចដោយព្រហ្មលិខិត ដែលជាអ្នកសម្រេចលើជោគវាសនារបស់យើងម្នាក់ៗ។ កាលនោះខ្ញុំធ្លាប់ជឿថាប្រហែល ជាយ៉ាងដូច្នេះមែន តែខ្ញុំបានប្រាប់ខ្លួនឯងថា ខ្ញុំត្រូវស្វែងរកហេតុផល និងភស្តុតាងដើម្បីមកបញ្ជាក់លើអំណះអំណាងនេះជាមុនសិន។ មកទល់ពេលនេះ ក៏នៅតែមានមនុស្សមួយចំនួន នៅជឿថាព្រហ្មលិខិតជាអ្នកកំណត់ជោគវាសនារបស់មនុស្សដដែល។ អ្នកដែលយល់ឃើញដូច្នេះ ភាគច្រើនជាអ្នកដែលត្រូវលួងលោមខ្លួនឯង កុំឲ្យមានការឈឺចាប់ ឬតូចចិត្ត ពីព្រោះស្ថានភាពជីវិតរបស់ពួកគេមិនសូវល្អ និងជួបការលំបាកច្រើន ឬយើងហៅថាជាអ្នកដែលមិនជោគជ័យក្នុងជីវិត។ ប្រសិនបើនេះជាមធ្យោបាយក្នុងការលួងលោមចិត្ត ខ្ញុំមិនមានអ្វីត្រូវនិយាយទេ ព្រោះវាក៏ជាវិធីមួយ ដែលអាចកាត់បន្ថយទុក្ខវេទនា និងភាពសោកសៅរបស់មនុស្សបានមួយគ្រាដែរ។ ប៉ុន្តែបុគ្គលដែលជោគជ័យនៅក្នុងជីវិត ឬអ្នកដែលមានស្ថានភាពជីវិតល្អប្រសើរទាំងអស់ដែលខ្ញុំបានស្គាល់ សុទ្ធតែគិតថាជីវិតពួកគេបានជោគជ័យ គឺដោយសារការតស៊ូប្រឹងប្រែង និងការព្យាយាមរបស់ពួកគេនាពេលកន្លងមក និងនៅពេលបច្ចុប្បន្ន ។ ចុះអ្នកវិញ? តើអ្នកជឿលើទស្សនៈមួយណា?

អស់រយៈពេលជាង ៣០ឆ្នាំ ខ្ញុំបានស្វែងរកភស្តុតាង និងហេតុផលជាច្រើនតាមរយៈការដកពិសោធន៍ជីវិតខ្លួនឯងផ្ទាល់ និងការស្វែងយល់អំពីជីវិតបុគ្គលជោគជ័យជាច្រើនអ្នកទៀត ហើយយោងតាមហេតុផល និងភស្តុតាងទាំងអស់នេះ ខ្ញុំហ៊ានបដិសេធចោលទស្សនៈដែលថា ព្រហ្មលិខិតគឺជាអ្នកកំណត់ជោគវាសនារបស់មនុស្ស។ ផ្ទុយទៅវិញ ខ្ញុំជឿថាមនុស្សយើងជាអ្នកទទួលខុសត្រូវ ក្នុងការកំណត់ជោគវាសនារបស់ខ្លួនឯង ហើយស្ថានភាពរបស់យើងនាពេលបច្ចុប្បន្ន គឺជាលទ្ធផលនៃការប្រព្រឹត្តរបស់យើងនាពេលកន្លងមក និងពេលបច្ចុប្បន្ន។ ហេតុផលដែលនាំឲ្យខ្ញុំជឿយ៉ាងដូច្នេះ គឺមានសរ

www.elibraryofcambodia.org

សេរនៅក្នុងសៀវភៅនេះស្រាប់។ ប្រសិនបើអ្នកមិនយល់ស្របជាមួយខ្ញុំទេ សូមអ្នកទុកពេលឲ្យខ្លួនអ្នកបានអានសៀវភៅនេះចប់សិន រួចចាំអ្នកគិតពិចារណាជាថ្មីឡើងវិញ។ ខ្ញុំមើលឃើញជីវិតស្រដៀងទៅនឹងផ្កា គឺមានពេលខ្លះរីកស្រស់បំព្រង និងមានពេលខ្លះស្រពោនក្រៀមស្វិត។ ជីវិតហាក់ដូចជាសៀវភៅរឿងប្រលោមលោកមួយក្បាល ដែលមានជំពូកខ្លះរីករាយ និង មានជំពូកខ្លះកម្សត់ ឬ កើតទុក្ខ។ ជីវិតខ្ញុំផ្ទាល់ក៏ដូចគ្នានេះដែរ គឺមានជំពូកដែលកម្សត់រកលេខដាក់គ្មាន ហើយក៏មានជំពូកខ្លះរីករាយរកអ្វីមកប្រៀបផ្ទឹមពុំបានដែរ។ អ្នកនឹងបានដឹងអំពីរសជាតិទាំងនេះនៅពេលអានសៀវភៅនេះចប់។

សូមអនុញ្ញាតឲ្យខ្ញុំចាប់ផ្តើមនូវជំពូកនៃជីវិតកម្សត់កម្ររបស់ខ្ញុំជាមុនទៅចុះ ៖

កាលនៅវ័យកុមារ ខ្ញុំបានរំខានការដេកលូនរបស់សត្វមិនតិចទេ ហើយនៅពេលដែលខ្ញុំនឹកឃើញដល់រឿងទាំងនោះ ខ្ញុំនៅព្រឺសម្បុរនៅឡើយ។ នៅខាងត្បូងផ្ទះខ្ញុំមានស្រះ ២ ដែលមានផ្កាព្រលិត និងផ្កាកំប្លោក ដែលជាផលិតផល និងជាវត្ថុធាតុដើមនៃមុខរបររបស់ខ្ញុំការ[illegible]។ នៅរៀងរាល់ម៉ោងជិត ៥ទៀបភ្លឺ ខណៈដែលអាកាសធាតុនៅត្រជាក់ខ្លាំង[illegible] ខ្ញុំតែងចុះទៅក្នុងស្រះនោះ ដើម្បីដកផ្កាព្រលិត និងបេះផ្កាកំប្លោក។ ខ្ញុំត្រូវចងធុងទទេមួយក្រវាត់ជាប់នឹងចង្កេះដោយខ្សែដើម្បីកុំឲ្យខ្លួនខ្ញុំលិចទឹក ព្រោះជម្រៅស្រះនោះជ្រៅខ្លាំងណាស់ ជាពិសេស សម្រាប់ក្មេងដែលមានកម្ពស់ប្រហែល ១ម៉ែត្រប៉ុណ្ណោះ។ ដៃម្ខាងដកផ្កាព្រលិត និងផ្កាកំប្លោក ឯដៃម្ខាងទៀតរុញចានដែក (សម្រាប់ដាក់ព្រលិត និងផ្កាកំប្លោក)។ ផ្កាព្រលិតមួយចំនួនដែលខ្ញុំដកបានមកត្រូវចងជុំសម្រាប់លក់ ហើយមួយចំនួនទៀតត្រូវចិញ្ច្រាំជាចំណីសត្វជ្រូក ព្រោះម្តាយខ្ញុំពូកែចិញ្ចឹមជ្រូកសម្រាប់លក់។ រីឯផ្កាកំប្លោកមួយចំនួនត្រូវទុកធ្វើជាម្ហូបជ្រក់ទឹកត្រីឬគ្រឿង និងមួយចំនួនទៀតត្រូវចងជុំលក់យកប្រាក់ដែរ។ ខ្ញុំត្រូវងើបចេញពីទឹកឲ្យបានមុនថ្ងៃរះ ព្រោះត្រូវរៀបចំខ្លួនទៅសាលារៀនឲ្យទាន់ពេល។ ការងារនេះគ្មានអ្វីស្មុគស្មាញទេ ព្រោះវាជាការងារស្រាលមួយសម្រាប់ខ្ញុំ តែអ្វីដែលធ្វើឲ្យខ្ញុំព្រឺសម្បុរនោះគឺខ្ញុំបានជាន់សត្វពស់ជាច្រើនក្បាលដែលកំពុងដេកលក់នៅក្នុងគុម្ពកំប្លោកនោះ។ ខ្ញុំអាចស្តាប់ឮសម្លេងពស់លូន និងបានឃើញពស់ខ្លះទៀតហក់លោតត្រឡែងខ្លួនរំលងក្បាលរបស់ខ្ញុំ ព្រោះវាភ្ញាក់នឹងខ្ញុំ។ ប៉ុន្តែពស់ទាំងនោះប្រហែលជាពស់ស្អកបូកទេ ទើបពួកវាមិនចឹកខ្ញុំ ឬមួយក៏ពួកវាចាត់ទុកខ្ញុំថា

www.elibraryofcambodia.org

ជាសត្វមួយក្បាលដែរ ដែលមានមាឌធំជាងពួកវា ហើយតែងតែមកខាំទានពួកវាមិនឲ្យដេកបានស្កប់ជារៀងរាល់ព្រឹក។

រីឯសត្វដែលមានសំណាងជាងគេនៅពេលនោះគឺសត្វឈ្លើង ព្រោះខ្ញុំបានផ្តល់ឈាមស្រស់របស់ខ្ញុំឲ្យទៅពួកវាធ្វើជាអាហារជារៀងរាល់ព្រឹក។ ដៃម្ខាងជាប់កាន់ចានដែក ឯដៃម្ខាងទៀតរវល់ដកព្រលិត និងបេះកំប្លោក តើខ្ញុំធ្វើយ៉ាងណាអាចការពារសត្វឈ្លើងជាច្រើនក្បាល ដែលហែលសំដៅមកទុំលើរាងកាយ របស់ខ្ញុំបានទៅ? ខ្ញុំអាចមានអារម្មណ៍ដឹងថាពួកវាបានតោងខ្ញុំចាប់ពីត្រឹមភ្លៅចុះក្រោម ហើយមិនមែន១ មិនមែន២ មិនមែន៣ គឺច្រើន។ ពេលដែលឈ្លើងទាំងនោះទាមខ្ញុំមួយចម្អែត ពួកវាក៏របូតជ្រុះដោយខ្លួនឯង ប៉ុន្តែនៅពេលដែលខ្ញុំឡើងពីទឹកម្តងៗ ក៏នៅមានសល់ឈ្លើងប្រហែលពី ៣ ទៅ ៥ ទៀត ដែលមិនទាន់ធ្លាក់ចេញពីរាងកាយរបស់ខ្ញុំ។ ដូច្នេះខ្ញុំត្រូវបេះពួកវាគ្រវាត់ចោល ហើយខ្ញុំអាចមើលឃើញស្នាមឈាមហូរចេញមកព្រិញៗ នៅត្រង់ចំនុចដែលឈ្លើងបានខាំ។

នៅពេលចុះទៅក្នុងទឹកភ្លាមប្រហែល ៥ ទៅ ១០នាទីដំបូង ខ្ញុំរងាខ្លាំងណាស់ ព្រោះទឹកស្រះនោះត្រជាក់ជាងទឹកបឹង ឬ ទឹកទន្លេទៅទៀត ដោយសារវាមានដើមកំប្លោកក្រាស់ឃ្មឹក គ្របជិតពីលើផ្ទៃទឹកធ្វើឲ្យសីតុណ្ហភាពវា ត្រជាក់ជាងធម្មតា។

ការងើបឡើងពីសង្គ្រាមបានធ្វើឲ្យកុមារជាច្រើននាក់នៅសម័យនោះ ត្រូវជួយធ្វើការងារដល់ឪពុកម្តាយ ដើម្បីរកប្រាក់ចំណូលចិញ្ចឹមជីវិត និងសម្រាប់ការចំណាយទៅលើសំលៀកបំពាក់ និងសម្ភារៈសិក្សា។ ដូច្នេះកិច្ចការខាងលើនេះ គ្រាន់តែជាការងារមួយ ក្នុងចំណោមការងារជាច្រើនទៀត។

នៅឆ្នាំ ១៩៨១ ខ្ញុំចង់រៀនភាសាអង់គ្លេស ព្រោះនៅពេលនោះ មានគ្រូបង្រៀនភាសាអង់គ្លេសជនជាតិអាមេរិកម្នាក់ នៅសាលារៀនជិតផ្ទះរបស់ខ្ញុំ។ ប៉ុន្តែនៅពេលនោះខ្ញុំមិនមានប្រាក់ដើម្បីចំណាយថ្លៃរៀនគួរនេះទេ។ ដោយសារខ្ញុំមានចិត្តអន្ទះអន្ទែងចង់រៀនភាសាអង់គ្លេសខ្លាំងពេក ខ្ញុំតែងតែទៅឈរនៅមាត់បង្អួច ដើម្បីលបស្តាប់លោកគ្រូអាន និងពន្យល់ដល់សិស្ស និងលួចធ្វើមាត់មួបៗ តាមគាត់ដើម្បីរៀនប្រកបអក្សរ។ ពេលនោះខ្ញុំក៏មានកូនសៀវភៅកំណត់ត្រាតូចមួយក្បាល និងខ្មៅដៃមួយដើមដើម្បីកត់ត្រាផងដែរ។ ជា

www.elibraryofcambodia.org

រៀងរាល់ល្ងាច ខ្ញុំតែងតែទៅអង្គុយនៅទីនោះ ហើយបង្អើបបង្អួចបន្តិចដើម្បីលួចមើល និងស្តាប់លោកគ្រូបង្រៀនភាសាអង់គ្លេស។ មួយសប្តាហ៍ក្រោយមក លោកគ្រូបានកត់សម្គាល់វត្តមានរបស់ខ្ញុំជាទៀងទាត់ និងជាប្រចាំ។ ល្ងាចមួយ ខណៈដែលគាត់ដាក់លំហាត់ឲ្យសិស្សធ្វើនៅក្នុងថ្នាក់ គាត់ក៏ដើរចេញមកក្រៅថ្នាក់សំដៅមករកខ្ញុំ។ ពេលឃើញគាត់ ខ្ញុំភ័យព្រួចពោះ រួចក៏ដើររត់ចេញយ៉ាងលឿន ប៉ុន្តែលោកគ្រូបានបក់ដៃហៅខ្ញុំឲ្យឈប់។ ខ្ញុំមិនទុកចិត្តខ្លាចត្រូវគាត់ស្តីបន្ទោស ក៏រត់បន្តទៀត។ លោកគ្រូក៏ព្យាយាមដើរតាមពីក្រោយ និងបន្តបក់ដៃស្រែកហៅដោយមានទឹកមុខញញឹមផង។ ខ្ញុំឈប់បន្តិច ហើយសុខចិត្តដើរចូលមករកលោកគ្រូ ទាំងទឹកមុខស្លេកស្លាំង និងមានអារម្មណ៍ភិតភ័យផង។ លោកគ្រូបាននិយាយថា "ខ្ញុំឃើញប្អូនឯងមកថ្នាក់ខ្ញុំជារៀងរាល់ថ្ងៃ ចុះហេតុអ្វីប្អូនមិនចូលរៀននឹងគេ?" ខ្ញុំក៏ប្រាប់គាត់ពីស្ថានភាពគ្រួសាររបស់ខ្ញុំ និងការខ្វះខាតប្រាក់ដើម្បីបង់ថ្លៃរៀន។ គាត់ក៏មានក្តីករុណាហើយបានអនុញ្ញាតឲ្យខ្ញុំរៀនភាសាអង់គ្លេសដោយឥតគិតថ្លៃ តែខ្ញុំត្រូវធ្វើកិច្ចការអោយគាត់ចំនួន៣៖ ទី១ គឺត្រូវរៀបចំតុ កៅអីអោយមានសណ្តាប់ធ្នាប់ ទី២ ត្រូវជូនសម្អាតក្តារខៀន និងទី៣ ត្រូវប្រមូលលុយឲ្យគាត់មុនពេលបញ្ចប់នៃវគ្គសិក្សា។ ខ្ញុំត្រេកអរយ៉ាងខ្លាំង ហើយក៏ទទួលយកលក្ខខណ្ឌការងារទាំង ៣ នេះភ្លាម។ ពេលដើរទៅផ្ទះវិញខ្ញុំរំភើបចិត្ត និងញញឹមស្ទើរបិទមាត់មិនជិត។ ពិតមែនហើយ ការងារទាំង៣នេះមិនពិបាកអ្វីឡើយសម្រាប់ខ្ញុំគ្រាន់តែសម័យនោះ ពុំមានក្តារខៀនសរសេរដោយហ្វឺតដូចឥឡូវនេះទេ គឺមានតែក្តារខៀនសរសេរដោយដីស។ ដូច្នេះពេលលប់ក្តារខៀនម្តងៗ ក្បាលរបស់ខ្ញុំគឺជាទម្រនៃលម្អងដីស ដែលជ្រុះពីលើក្តារខៀនមក។ នេះហើយជាការចាប់ផ្តើមនៃការរៀនភាសាអង់គ្លេសរបស់ខ្ញុំ។

ខាងលើនេះគឺជាអតីតកាល និងជារសជាតិមួយជ្រុងនៃជីវិតពិតរបស់ខ្ញុំ។ ប៉ុន្តែស្ថានភាពទាំងនោះ ពុំអាចរារាំងខ្ញុំពីការកសាងជីវិតថ្មីមួយ ដែលមានអត្ថន័យ និងការធ្វើអោយសុបិន្តរបស់ខ្ញុំក្លាយទៅជាការពិតបានឡើយ។ ខ្ញុំបានហៅការផ្លាស់ប្តូរបែបនេះថាជាការបំលែងជីវិត។

ដើម្បីជាប្រយោជន៏ដល់អ្នកជំនាន់ក្រោយ ខ្ញុំសម្រេចចិត្តចែករំលែកបទពិសោធន៏ជីវិតរបស់ខ្ញុំ និងចំណេះដឹងដែលខ្ញុំទទួលបានពីការងារ និងពីការសិក្សារយៈពេលជាង

www.elibraryofcambodia.org

៣០ឆ្នាំ របស់ខ្ញុំនៅក្នុងសៀវភៅនេះ។ មានកត្តាចំបងៗ ៣យ៉ាង ដែលខ្ញុំជឿថាមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ភាពជោគជ័យដ៏យូរអង្វែង ប្រកបដោយភាពរីករាយ សុភមង្គល និងអត្ថន័យសម្រាប់ជីវិតមនុស្សយើងម្នាក់ៗគឺ៖ ទី១ ការស្គាល់ខ្លួនឯង ការចេះរៀបចំគោលដៅជីវិត និងធ្វើសកម្មភាពអោយបានត្រឹមត្រូវ ទី២ ការមានជំនឿចិត្តលើខ្លួនឯង និងការបង្កើតអោយមានទម្លាប់ល្អដែលនាំទៅរកភាពជោគជ័យ និងទី៣ គឺការប្រកាន់ខ្ជាប់នូវគោលការណ៍គុណធម៌ និងការប្រព្រឹត្តត្រឹមត្រូវ។ កត្តាចំបងៗទាំងនោះមានសរសេរនៅក្នុងសៀវភៅនេះ ដែលមានខ្លឹមសារទាំងស្រុងដូចតទៅ។

www.elibraryofcambodia.org

www.elibraryofcambodia.org

ជំពូក ១
ស្គាល់ខ្លួនឯង រៀបចំគោលដៅ និងផែនការសកម្មភាព ដើម្បីជោគជ័យ និងសុភមង្គល

មនុស្សយើងគ្រប់រូប ដែលបានកើតមកលើភពផែនដីនេះ បានស្គាល់មកជាមួយនូវចម្ងល់ជាច្រើន។ យើងអាចកត់សម្គាល់ឃើញចម្ងល់ទាំងនេះនៅក្នុងកែវភ្នែកទាំងគូរបស់ក្មេងៗ ចាប់តាំងពីពេលកើតចេញពីផ្ទៃម្ដាយភ្លាមម្ល៉េះ បើទោះបីពួកគេមិនទាន់អាចនិយាយស្ដីអ្វីអោយយើងយល់បានក្រៅតែពីស្រែកយំ។ ដោយសារចម្ងល់ទាំងនេះ ទើបក្មេងៗគ្រប់ជាតិសាសន៍ទាំងអស់ ទន្ទឹងរង់ចាំតែពេលដែលគេចេះនិយាយ នឹងអាលសួរសំនួរដល់ឪពុកម្ដាយរបស់គេថា អានេះអីគេ? អានោះអីគេ? ម៉េចបានជាអញ្ចឹង?។ល។ គេតែងសួរសំនួរដដែលៗនេះមិនចេះនឿយហត់ឡើយ រហូតមានពេលខ្លះសួរទាល់តែឪពុកម្ដាយគេធុញទ្រាន់ក៏មាន។ នៅពេលគេធំឡើងបន្តិចម្ដងៗ និងរហូតដល់ពេញវ័យ និងពាក់កណ្ដាលជីវិត គេបន្តមានចម្ងល់និងសួរសំនួរផ្សេងៗជាច្រើនទៀត មិនចេះចប់ ហើយអ្នកខ្លះនៅមានសំនួរ និងចម្ងល់រហូតដល់វ័យចំណាស់ ឬអស់អាយុក៏មានដែរ។ ចម្លើយសាមញ្ញខ្លះគេអាចទទួលបានពីឪពុកម្ដាយ រីឯចម្លើយស៊ីជម្រៅ ឬបែបវិទ្យាសាស្ត្រ គេអាចរកបានពីការសិក្សាស្រាវជ្រាវនៅឯសាលារៀន ឬតាមអ៊ិនធ័រណិត។

កាលនៅពីក្មេងអាយុប្រហែល ៤ឆ្នាំ ជីដូនខ្ញុំតែងពរខ្ញុំដើរទៅវាលស្រែខាងកើតផ្ទះ ដែលនៅទីនោះមានដើមត្នោតមួយជួរ និងមានដើមញ៉ិញញុះព័ទ្ធជុំវិញគល់ត្នោត។ ខ្ញុំតែងរំអុកជីដូនខ្ញុំអោយពរខ្ញុំទៅទីនោះព្រោះខ្ញុំចូលចិត្តញ៉ាំផ្លែញ៉ិញញុំ និងជាពិសេសមើលសត្វមួយប្រភេទដែលខ្ញុំស្រឡាញ់ចូលចិត្ត នោះគឺសត្វមេអំបៅ ដែលមានពណ៌ល្អស្អាត ហើយអាចហោះហើរបាន។ មានសត្វមេអំបៅជាច្រើនដែលតែងហើររោមផ្កាញ៉ិញនៅជុំវិញគល់ត្នោត។ កាលនោះខ្ញុំតែងសួរជីដូនខ្ញុំថាអានឹងអីគេ? ជីដូនខ្ញុំក៏ឆ្លើយថាមេអំបៅ។ ខ្ញុំក៏សួរទៀតថា មេអំបៅវាកើតមកពីណា? គាត់ក៏ឆ្លើយថាវាកើតមកពីមេវា។ ខ្ញុំក៏ឆ្ងល់ហើយសួរបន្តទៀតថាតើមេវាកើតមកពីណា? គាត់ក៏ឆ្លើយថា កើតមកពីយាយវា។ ហើយចុះ

www.elibraryofcambodia.org

យាយវាកើតមកពីណា? ខ្ញុំក៏សួរទៀត។ ពេលនោះជីដូនខ្ញុំថា កើតមកពីយាយទួតវា។ ខ្ញុំក៏ថា អញ្ចឹងមេអំបៅមានយាយដូចខ្ញុំដែរ។ គាត់ថាសត្វអ្វីក៏មានយាយវាដែរ។ ជីដូនរបស់ខ្ញុំបានព្យាយាមឆ្លើយអស់ពីសមត្ថភាពរបស់គាត់ ហើយចម្លើយទូទៅនេះគឺអាចទទួលយកបាន។ ក៏ប៉ុន្តែនៅពេលខ្ញុំធំពេញវ័យទើបខ្ញុំបានដឹងថាសត្វមេអំបៅទាំងអស់សុទ្ធតែឆ្លងកាត់ការបំលែងខ្លួនតាមលក្ខណៈធម្មជាតិរបស់វាដ៏គួរឲ្យស្ញប់ស្ញែងបំផុត។ វាចាប់ផ្តើមពីពងតូចមួយនៅក្រោមសំបកស្លឹកឈើ រួចញាស់ចេញទៅជាសត្វដង្កូវតូចមួយដែលមានក្បាលខ្មៅ។ មួយរយៈខ្លីក្រោយមកវាបានប្រែរូបទៅជាដង្កូវផុះស្នែងដែលចូលចិត្តស៊ីស្លឹកឈើជាអាហារ។ បន្ទាប់មកទៀត វាបានព្យួរខ្លួនវាទៅនឹងមែកឈើរួចក៏បកស្បែកដង្កូវនេះចេញនៅសល់ស្បែកស្តើងពណ៌ពងមាន់រុំព័ទ្ធជុំវិញខ្លួនវា រួចប្តូរទៅជាពណ៌បៃតងវិញ។ ប្រហែល ២សប្តាហ៍ក្រោយមកយើងអាចមើលឃើញទំរង់ជាសត្វមេអំបៅ និងមើលឃើញស្លាបរបស់វាមានពណ៌ចំរុះ។ មិនយូរប៉ុន្មានវាក៏បែកសំបកនោះចេញ ហើយសម្ងំស្ងៀមបន្តិចដើម្បីបន្សាំទៅនឹងអាកាសធាតុខាងក្រៅ រួចក៏ហើរទៅរកចំណី។ ការបំលែងខ្លួននេះ ពិតជាគួរឲ្យស្ញប់ស្ញែងខ្លាំងណាស់ ហើយបើអ្នកចង់ឃើញច្បាស់ អ្នកអាចមើលវីដេអូខ្លីនៅលើអ៊ិនធ័រណែត ដោយស្វែងរកនៅក្នុង Google search ឬ YouTube ដោយវាយពាក្យថា Butterfly Transformation។ នៅពេលខ្ញុំពិចារណាទៅលើសត្វមេអំបៅ ដែលបានបំលែងខ្លួនចេញពីដង្កូវ ធ្វើអោយខ្ញុំគិតទៅដល់ការបំលែងខ្លួនរបស់មនុស្ស តាំងពីចាប់កំណើតរហូតដល់ធំពេញវ័យ។ មនុស្សក៏មានការបំលែងខ្លួនជាច្រើនដំណាក់កាលស្រដៀងគ្នាទៅនឹងមេអំបៅដែរ គ្រាន់តែរូបសណ្ឋាន នៃការប្រែប្រួលរូបរាង្គកាយមិនដូចគ្នាតែប៉ុណ្ណោះ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តី អ្វីដែលមនុស្សបំលែងមិនចេះចប់នោះគឺ គំនិត ដែលជាប្រភពនៃការលូតលាស់ និងរីកចំរើនឥតដែនកំណត់ ដែលខុសពីសត្វមេអំបៅ និងពពួកសត្វឯទៀត។

ដោយសារវល់តែចង់ដឹង និងចង់ឮអំពីអ្វីគ្រប់យ៉ាងនៅជុំវិញខ្លួន និងនៅលើផែនដី មនុស្សយើងជាច្រើននាក់មានការធ្វេសប្រហែសនិងមានចំណុចខ្វះខាតមួយគឺមិនស្គាល់ខ្លួនឯងអោយបានច្បាស់ យើងមិនបានសួរសំនួរថាតើយើងជានរណា? តើខ្លួនកើតមកលើភពផែនដីនេះដើម្បីអ្វី? តើខ្លួនចង់អោយជីវិតមានលក្ខណៈបែបណា? ។ល។

www.elibraryofcambodia.org

ខ្ញុំទើបតែស្គាល់ខ្លួនឯងបានច្បាស់នៅពេលដែលខ្ញុំមានអាយុ ៣០ឆ្នាំ បន្ទាប់ពីខ្ញុំចាប់ផ្តើមសួរសំណួរជាច្រើនមកកាន់ខ្លួនឯង និងឆ្លុះបញ្ចាំងត្រឡប់ទៅអ្វីៗគ្រប់យ៉ាង ដែលបានកើតឡើងនៅក្នុងកំឡុងពេល ៣០ឆ្នាំនោះ ជាពិសេសក្នុងរយៈពេល ២៥ឆ្នាំដែលខ្ញុំបានចងចាំច្បាស់អំពីដំណើរជីវិតរបស់ខ្ញុំ។ ការស្គាល់ខ្លួនឯងច្បាស់ បានធ្វើអោយខ្ញុំមានអារម្មណ៍រំភើបក្រៃលែង ព្រោះវាអាចធ្វើអោយខ្ញុំអាចកែតម្រូវ និងតម្រែតម្រង់គោលដៅជីវិតអោយត្រូវនឹងចំណង់ចំណូលចិត្ត និងបេសកកម្មជីវិតរបស់ខ្ញុំផ្ទាល់។ ប្រសិនបើខ្ញុំមិនបានសួរសំណួរទាំងនោះមកកាន់ខ្លួនឯងទេ ខ្ញុំប្រហែលជាខ្ញុំមិនបានស្គាល់ខ្លួនឯង ជារៀងរហូត។

តាមពិតទៅយើងពុំចាំបាច់រង់ចាំរហូតដល់ពេលយើងមានអាយុច្រើន ទើបបានស្គាល់ខ្លួនឯងអោយបានច្បាស់នោះទេ។ ផ្ទុយទៅវិញការស្គាល់ខ្លួនឯងអោយបានច្បាស់កាន់តែឆាប់ កាន់តែប្រសើរ ដើម្បីកុំអោយខាតប្រយោជន៍ ហើយពេលវេលាដែលល្អបំផុតសម្រាប់ស្គាល់ខ្លួនឯងអោយច្បាស់នោះគឺនៅក្រោមអាយុ ២០ឆ្នាំ ឬនៅពេលដែលយើងកំពុងរៀននៅវិទ្យាល័យ។

ហេតុអ្វីយើងចាំបាច់ត្រូវស្គាល់ខ្លួនឯងអោយបានច្បាស់? គឺពីព្រោះថាយើងត្រូវកសាងជីវិតមួយ អោយត្រូវនឹងចំណង់ចំណូលចិត្ត ទេពកោសល្យ និងបេសកកម្មនៃជីវិតរបស់យើង ដើម្បីអោយយើងជួបនូវភាពរីករាយ ភាពស្រស់បំព្រង ជាពិសេសដើម្បីអោយជីវិតយើងពោរពេញទៅដោយអត្ថន័យ ឬ គេហៅថាធ្វើអោយជីវិតមានន័យ។ និយាយអោយងាយយល់ គឺត្រូវមានប្លង់ជីវិត ដូចដែលយើងមានប្លង់ផ្ទះមុននឹងធ្វើការសាងសង់អញ្ចឹងដែរ។ ជាក់ស្តែងប្លង់ជីវិតភាគច្រើនមិនត្រូវបានគូសចេញមកក្រៅដូចប្លង់ផ្ទះ ឬ ប្លង់អគារនោះទេ។ តែវាស្ថិតនៅក្នុងសុបិន្ត នៅក្នុងចិត្ត និងក្នុងអារម្មណ៍របស់យើងម្នាក់ៗ។ ដូច្នេះចំណុចចាប់ផ្តើមនោះ គឺយើងត្រូវបង្កើតរូបភាពជោគជ័យអោយលេចឡើង នៅក្នុងគំនិត និងនៅក្នុងចិត្តដែលផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនឹងអារម្មណ៍របស់យើង អោយបានច្បាស់លាស់ និងត្រឹមត្រូវជាមុនសិនទើប យើងធ្វើសកម្មភាព ដើម្បីប្រែក្លាយរូបភាពជោគជ័យនោះអោយទៅជាភាពជោគជ័យពិតប្រាកដនៅក្នុងជីវិតយើង។

www.elibraryofcambodia.org

តើអ្នកចង់ធ្វើអ្វី? តើអ្នកចង់ឃើញជីវិតអ្នកនាពេលអនាគតមានលក្ខណៈយ៉ាងដូចម្ដេច? តើធ្វើយ៉ាងណាទើបអ្នកប្រាកដថា ការចង់ធ្វើអ្វីមួយ ឬចង់បានអ្វីមួយនេះជាការផុសចេញពីចិត្ត និងអារម្មណ៍ពិតរបស់អ្នកដោយផ្ទាល់ ពុំមែនជាគំនិតរបស់អ្នកណាផ្សេងឡើយ សូម្បីតែអ្នកដែលមានឥទ្ធិពលនៅក្នុងជីវិតអ្នកក៏ដោយ? បើពុំដូច្នោះទេ អ្នកអាចនឹងស្វែងរកអត្ថន័យដ៏ពេញលេញសម្រាប់ជីវិតមិនឃើញ ឬមិនអាចប្រើប្រាស់អស់សក្ដានុពលដែលអ្នកមានក្នុងភាពជាមនុស្ស។

នៅក្នុងតថភាពសង្គមជាក់ស្ដែង មានមនុស្សជាច្រើននាក់ណាស់ដែលសម្រេចចិត្ត និងកំណត់ថាខ្លួនចង់ធ្វើអ្វីមួយទៅតាមមិត្តភក្ដិ ឬដោយឃើញគេធ្វើបានជោគជ័យ ក៏តាំងមានចិត្តចង់ធ្វើតាមគេដែរ។ ជាញឹកញាប់ ឪពុកម្ដាយតែងចង់គូសវាសផ្លូវអោយកូនដើរដោយកំណត់អោយកូនរៀនពីនេះ ពីនោះ ហើយពេលកូនធំឡើងអោយធ្វើនេះ ធ្វើនោះតាមក្ដីប្រាថ្នារបស់ពួកគាត់។ ជាការធម្មតាទេ ដែលឪពុកម្ដាយគ្រប់រូបយល់ថាខ្លួនមានកាតព្វកិច្ចរៀបចំអនាគតអោយកូន ប៉ុន្តែសូមអោយប្រាកដថាការរៀបចំទាំងឡាយនោះត្រូវជាមួយចិត្ត និងអារម្មណ៍ ឬក្ដីប្រាថ្នារបស់កូនដែរ បើពុំដូច្នោះទេ ជាលទ្ធផល គឺឪពុកម្ដាយ អាចនឹងមិនបានចូលរួមផ្ដល់អត្ថន័យពេញលេញដល់កូនរបស់ខ្លួនឡើយ។ ត្រូវចាំថាមនុស្សគ្រប់រូបមិនដូចគ្នាទេ ដូច្នេះទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្តពួកគេ ក៏មិនដូចគ្នាដែរ។

អាស្រ័យហេតុនេះ គ្រូការល្អគឺអាណាព្យាបាល ឬឪពុកម្ដាយ ត្រូវចេះសង្កេតមើលពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់កូន ព្រមទាំងពិភាក្សាគ្នាជាមួយកូនអោយបានដិតដល់ក្នុងការរៀបចំផ្លូវជីវិតនេះឡើង។ រីឯកូនវិញ ក៏ត្រូវចេះ និងហ៊ាននិយាយប្រាប់ឪពុកម្ដាយ អំពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ខ្លួន និងគាំសិទ្ធិក្នុងការធ្វើការសម្រេចចិត្ត និងរៀបចំជីវិតរបស់ខ្លួន។

ចំណុចខាងក្រោមនេះ គឺជាជំនួយក្នុងការរៀបចំប្លង់ជីវិត តាមរយៈការស្វែងយល់អំពីខ្លួនឯង ៖

www.elibraryofcambodia.org

១. ស្គាល់ចំណង់ចំណូលចិត្តខ្លួនឯង

ចំណង់ចំណូលចិត្តគឺជាកត្តាជំរុញនូវរាល់សមិទ្ធផលជាដុំកំភួនទាំងឡាយ ដែលមនុស្សសម្រេចបាននៅលើលោកនេះ។ ដូច្នេះ ភាពជោគជ័យនៅក្នុងជីវិតត្រូវតែផ្សារភ្ជាប់ជាមួយនិងការធ្វើអ្វីដែលយើងមានចំណង់ចំណូលចិត្ត បើពុំដូច្នោះទេ យើងអាចនឹងប្រឈមនឹងការផ្លាស់ប្តូរការងារនៅពេលណាមួយ ឬបើមិនផ្លាស់ប្តូរទេ ធ្វើអោយយើងមិនអាចសម្រេចលទ្ធផលការងារបានជាអតិបរមាឡើយ។ នៅក្នុងលោកយើងនេះ មានមនុស្សជាច្រើននាក់ណាស់ ដែលមានអ្វីៗគ្រប់បែបយ៉ាង ដែលលុយអាចទិញបាន ប៉ុន្តែនៅខ្វះភាពរីករាយនៅក្នុងចិត្ត។ នេះខ្ញុំមិនបាននិយាយថា យើងមិនត្រូវការលុយនោះទេ ហើយខ្ញុំទទួលស្គាល់ថាលុយអាចជួយសម្រួលដល់ជីវិតយើងបានច្រើនយ៉ាង ជាពិសេសនៅពេលដែលយើងទៅផ្សារទំនើប ឬធ្វើដំណើរកំសាន្តទៅកន្លែងផ្សេងៗ។ ចុំន្តែចំពោះការស្វែងរកសុភមង្គលនៅក្នុងជីវិត លុយតែមួយមុខមិនមែនជាដំណោះស្រាយនោះទេពោលគឺនៅមានអ្វីៗជាច្រើនទៀតដែលយើងត្រូវការ ដែលលុយមិនអាចទិញបាន។

នៅសាកលវិទ្យាល័យ ផែនស៊ីលវេនៀ (Pennsylvania) នៃសហរដ្ឋអាមេរិក គេបានចំណាយពេលអស់ប្រហែល ៣០ឆ្នាំ និងចំណាយទឹកប្រាក់អស់ជាង ៣០លានដុល្លារ ធ្វើការសិក្សាស្រាវជ្រាវមួយ ដើម្បីស្វែងរកអោយឃើញនូវកត្តាដែលនាំអោយមនុស្សមានសុភមង្គល។ គេរកឃើញថាមានឫសគល់ ៣ យ៉ាងដើម្បីឆ្លុះបញ្ចាំងកំរិតនៃសុភមង្គលរបស់មនុស្សគឺៈ ទី១ **ជីវិតរីករាយ** ទី២ **ជីវិតល្អប្រសើរ** និងទី៣ **ជីវិតមានន័យ**។ ជីវិតរីករាយគឺសំដៅទៅលើការរកមូលហេតុដើម្បីអោយមានអារម្មណ៍សប្បាយ ឬសើចអោយបានច្រើន ឧទាហរណ៍ដូចជា ក្រុមតារាសម្តែង ឬសិល្បករ និងតារាកំប្លែងជាដើម។ ប៉ុន្តែភាពរីករាយបែបនេះងាយនឹងទទួលរងឥទ្ធិពលខាងក្រៅ ដែលអាចប្រែក្លាយពីភាពរីករាយទៅជាវិបត្តិ ឬ មានភាពប្រែប្រួលទៅតាមអាយុកាល និងកាលៈទេសៈ។ ជីវិតប្រភេទទី ២ ជាជីវិតល្អប្រសើរ គឺការមានភាពរីករាយខ្លះមានលំនឹង និងសុវត្ថិភាពផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ មានការងារសមរម្យនៅក្នុងសង្គម និងមានកិត្តិយស ដែលតាមរយៈនេះយើងអាចធ្វើអ្វីៗ ដែលយើងចង់ធ្វើដោយការពេញចិត្ត និងទទួលបានការសាទរពីអ្នកផងទាំងពួង រួមទាំងការអាចប្រើប្រាស់សមត្ថភាព ទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្តក្នុង

www.elibraryofcambodia.org

ការងារគ្រប់គ្រង ការដឹកនាំ ការជួយអប់រំ និងបណ្ដុះបណ្ដាលដល់អ្នកដទៃ ឬការធ្វើអោយសប្បាយរីករាយ និងមានគេគោរពរាប់អានច្រើន។ល។ ក៏ប៉ុន្តែសុភមង្គល ដែលមានកម្រិតខ្ពស់បំផុតនោះគឺ "ជីវិតមានន័យ" ដែលជាការលះបង់ ឬប្តេជ្ញាចិត្តចំពោះបុព្វហេតុណាមួយ ដែលមានលក្ខណៈធំធេងជាងប្រយោជន៍ខ្លួនឯងផ្ទាល់។

ដើម្បីធ្វើជាភស្តុតាងគាំទ្រដល់អំណះអំណាងខាងលើនេះ អ្នកសិក្សាស្រាវជ្រាវបានធ្វើការដកពិសោធន៍លើការធ្វើសកម្មភាព ដែលនាំអោយមានភាពសប្បាយរីករាយដូចជាការដើរលេងកំសាន្ត ការរាំច្រៀង ការទស្សនាខ្សែភាពយន្ត។ល។ ជាមួយនឹងការធ្វើសកម្មភាពមនុស្សធម៌ ការជួយសង្គ្រោះជីវិត ការដាក់ទានទៅអោយជនទុរគត ដែលប្រឈមនឹងការបាត់បង់ជីវិត និងការធ្វើអ្វីមួយដើម្បីបុព្វហេតុធំធេងជាងបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួន។ ជាលទ្ធផលនៃការដកពិសោធន៍នេះ គេរកឃើញថាការធ្វើអំពើល្អ ការជួយសង្គ្រោះ និងសកម្មភាពមនុស្សធម៌ ឬបុព្វហេតុធំធេងបានទទួលនូវសុភមង្គល និងអត្ថន័យជីវិតច្រើនជាងគេ។

តើអ្នកគួរធ្វើអ្វីនៅក្នុងជីវិតនេះ? ការយល់ដឹងអំពីគោលបំណងនៃជីវិត អាចជួយអោយអ្នករំលេចចេញនូវចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ខ្លួនឯង។ នៅពេលអ្នកបានធ្វើការងារអ្វីមួយដោយការមិនពេញចិត្តនោះ អ្នកនឹងទទួលអារម្មណ៍ធុញថប់ នឿយណាយ និងមិនរីករាយចំពោះការងារនោះឡើយ។ ប៉ុន្តែពេលខ្លះ អ្នកហាក់មិនដឹងច្បាស់ថា អ្នកចូលចិត្តធ្វើអ្វី អោយពិតប្រាកដនោះទេ គឺដឹងត្រឹមតែថា អ្នកមិនពេញចិត្តចំពោះការងារនោះតែប៉ុណ្ណោះ។ ជូនកាលនៅពេលដែលអ្នកជួបនូវវិបត្តិនៅក្នុងជីវិត វាអាចពញ្ញាក់ស្មារតីអ្នកអោយគិត នឹងត្រិះរិះពិចារណាឡើងវិញ រួចចាប់ផ្ដើមរៀបចំជីវិតអ្នកសារជាថ្មី។

ប៉ុន្តែអ្នកនឹងចំណេញបានច្រើនណាស់ ប្រសិនបើអ្នកបានដឹងជាមុនថាអ្នកចង់ធ្វើអ្វីពិតប្រាកដ ហើយកុំទុកចាំរហូតដល់ពេលដែលអ្នកជួបវិបត្តិទើបបានដឹងខ្លួននោះ។ ជាការសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកអាចផ្សារភ្ជាប់គោលបំណងជីវិតទៅនឹងទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក។ ការធ្វើដូច្នេះ គឺមានន័យថាអ្នកជ្រើសរើសដើរលើមាគ៌ាទៅកាន់ភាពជោគជ័យ និងសុភមង្គល។ ការសម្រេចបានគោលបំណងជីវិត គឺស្ថិតនៅលើគេ

www.elibraryofcambodia.org

បង្អស់នៃកាំជណ្ដើរតំរូវការមនុស្សដែលបានរកឃើញដោយលោក **ម៉ាស្លូ អាប្រាហាម** (Maslow Abraham) កាលពីជាងប្រាំទស្សវត្សកន្លងទៅ។

*លោកបណ្ឌិត **ម៉ាស្លូ** បាននិយាយថា "បុគ្គលដែលបានសម្រេចបំណងនៃជីវិត គឺជាអ្នកដែលបានសំដែងចេញនូវសមត្ថភាពប្រកបដោយគុណភាពក្នុងកំរិតខ្ពស់បំផុតនៃភាពជាមនុស្ស"។ លោកបណ្ឌិត **ម៉ាស្លូ** បានសន្និដ្ឋានថា មនុស្សយើងមានតម្រូវការចំនួន ៥ កំរិត គឺៈ ទី១ តម្រូវការសម្រាប់ទ្រទ្រង់ដល់ការរស់រានមានជីវិត ដែលមានដូចជា ខ្យល់ ទឹក អាហារ ជំរក និងសំលៀកបំពាក់ ទី២ តម្រូវការអោយមាន សន្តិសុខផ្ទាល់ខ្លួន សុវត្ថិភាពផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ និងសុខភាព ទី៣ តម្រូវការអោយមានក្ដីស្រឡាញ់ ស្នេហា និងភាពជាកម្មសិទ្ធ ទី៤ តម្រូវការអោយមានកិត្តិយស ការគោរព និងការអោយតម្លៃពីអ្នកដទៃ និងពីសង្គម និងទី៥ តម្រូវការអោយមានការយល់ដឹងអំពីខ្លួនឯង អាចប្រើប្រាស់សមត្ថភាពរបស់ខ្លួនអស់ពីសក្ដានុពល ចេះច្នៃប្រឌិត និងមានភាពម្ចាស់ការលើខ្លួនឯង និងការបានសម្រេចនូវគោលបំណងធំៗ សម្រាប់ជីវិត។*

ជាការពិតណាស់ថា មនុស្សយើងជាច្រើននាក់នៅក្នុងសម័យនេះមានការមមាញឹកជាខ្លាំងជាមួយនឹងការប្រកបមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិត តាមរូបភាពផ្សេងៗពោលគឺការស្វែងរកនូវប្រាក់កាស និងសន្សំទ្រព្យ បើទោះជាពេលខ្លះខ្លួនមិនមានចំណង់ចំណូលចិត្ត ឬពេញចិត្តជាមួយការងារនោះក៏ដោយ។ ប៉ុន្តែការឆ្លៀតពេលវេលាណាមួយសម្រាប់ធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីខ្លួនយើង និងអំពីដំណើរជីវិតយើងក្នុងរយៈពេលកន្លងមក និងដើម្បីរៀបចំជីវិតទៅអនាគត អាចជួយតម្រែតម្រង់ជីវិតយើងអោយរឹតតែល្អប្រសើរឡើង[illegible]។

នៅពេលដែលខ្ញុំមានអាយុ ៣០ ឆ្នាំ ខ្ញុំបានចំណាយពេលប្រហែល[illegible] ដើម្បីធ្វើការឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីជីវិត ដោយការសួរសំណួរជាច្រើនចំពោះខ្លួនឯងដូចជាៈ តើខ្ញុំបានធ្វើការអ្វីដែលខ្ញុំពេញចិត្តដែរឬទេ? តើខ្ញុំកំពុងធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅរកការសម្រេចបានគោលដៅក្នុងជីវិតដែរឬទេ? តើខ្ញុំសម្រេចបានជោគជ័យប៉ុណ្ណាហើយចំពោះបេសកកម្មជីវិតរបស់ខ្ញុំ? តើមានអ្វីខ្លះដែលបានកើតឡើងក្នុងជីវិតរបស់ខ្ញុំនៅចន្លោះអាយុ ៤ឆ្នាំរហូតដល់ ៣០ឆ្នាំ? តើខ្ញុំបានជួបប្រទះនូវឧបសគ្គអ្វីខ្លះ? តើអ្នកណាខ្លះជាអ្នកបានរួចចំណែកកែប្រែជីវិតខ្ញុំ? សំណួរសំខាន់បំផុតនោះគឺ តើខ្ញុំបានរៀនមេរៀនអ្វីខ្លះអំពីជីវិតក្នុងរយៈ

www.elibraryofcambodia.org

ពេល ៣០ឆ្នាំក្នុងជីវិតនេះ ពេលនោះ ខ្ញុំបានផ្តោតអារម្មណ៍យ៉ាងពេញទំហឹង ដើម្បីធ្វើការរំលឹកឡើងវិញយ៉ាងលំអិតចំពោះរាល់ហេតុការណ៍ និងអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងដែលបានកើតឡើងនៅក្នុងជីវិតខ្ញុំ ទាំងចំនុចល្អ ទាំងរឿងអាក្រក់ ហើយបានកត់ត្រានូវមេរៀនសំខាន់ៗជាច្រើនពីបទពិសោធន៍ទាំងនោះ។ បន្ទាប់ពីធ្វើដូច្នេះរួច ខ្ញុំហាក់ដូចជាក្លាយទៅជាមនុស្សដែលស្គាល់ខ្លួនឯងច្បាស់ជាងពេលណាទាំងអស់ ហើយការយល់ដឹងបែបនេះធ្វើអោយខ្ញុំមានការផ្លាស់ប្តូរគំនិត ការប្រព្រឹត្ត ពាក្យសំដី និងរបៀបរស់នៅយ៉ាងច្រើនគួរអោយកត់សំគាល់។ អ្វីដែលខ្ញុំបានស្វែងយល់ឃើញ និងមេរៀនដែលទទួលបានពីការឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីជីវិតនេះ ក៏មានរំលេចខ្លះៗនៅក្នុងសៀវភៅនេះដែរ។

បុគ្គលដែលទទួលបានជោគជ័យធំធេងនៅក្នុងជីវិត ហើយដែលមានឈ្មោះល្បីល្បាញនៅលើពិភពលោកសុទ្ធតែឯកភាពគ្នាថា ចំណង់ចំណូលចិត្ត គឺជាកត្តាដែលជំរុញពួកគេអោយសម្រេចបាននូវសមិទ្ធផលធំៗទាំងនោះ។

លោកស្ទីវ ចបស៍ (Steve Jobs) ស្ថាបនិកនៃផលិតផលអេផល (Apple) និងកុំព្យូទ័រម៉ែក (Mac) និងលោកប៊ីល ហ្គេត (Bill Gates) អ្នកបង្កើតកម្មវិធីកុំព្យូទ័រម៉ៃក្រូសូហ្វ (Microsoft) ដែលត្រូវគេស្គាល់ថាជាមហាសេដ្ឋីលំដាប់ពិភពលោក យល់អំពីពាក្យថា "ចំណង់ចំណូលចិត្តចំពោះការងារ" នេះយ៉ាងច្បាស់។ នៅក្នុងបទសម្ភាសន៍រួមគ្នាជាមួយលោក Bill Gates លោក Steve Jobs បាននិយាយថា "ចំណង់ចំណូលចិត្តចំពោះការងារ មានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់ ជាពិសេសការងារដែលលំបាកខ្លាំង ពីព្រោះថាបើយើងមិនមានអារម្មណ៍ស្រឡាញ់ និងពេញចិត្តវាទេ យើងនឹងងាយបោះបង់វាចោល មុនពេលដែលយើងសម្រេចបានជោគជ័យ"។

អ្នកគួរប្រុងប្រយ័ត្ន ហើយគិតពិចារណាអោយបានដិតដល់អំពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក ដើម្បីអោយប្រាកដថា ចំណង់ចំណូលចិត្តអ្នក ផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងបេសកកម្មជីវិតយូរអង្វែង ហើយមិនមែនគ្រាន់តែជាអារម្មណ៍ស្រឡាញ់ចូលចិត្តតែមួយភ្លែត ដូចភ្លើងចំបើងនោះទេ។ វាជាការពិតណាស់ថា នៅក្នុងដំណើរជីវិត អ្នកអាចនឹងជួបប្រទះស្ថានភាពទាក់ទាញអារម្មណ៍ពីកត្តាខាងក្រៅជាញឹកញាប់តាមរយៈការមើលឃើញ ការស្តាប់ឮគេនិយាយគ្នា ឬដោយសារឥទ្ធិពលនៃការបញ្ចុះបញ្ចូលរបស់គេ ហើយពេលនោះអ្នកអាច

www.elibraryofcambodia.org

នឹងកើតមានអារម្មណ៍រំភើប មានការស្រឡាញ់ពេញចិត្ត រួចគិតថាវាជាអារម្មណ៍ពិតរបស់អ្នកពីធម្មជាតិ តែតាមពិតទៅវាអាចគ្រាន់តែជាអារម្មណ៍រំភើបមួយភ្លែតប៉ុណ្ណោះ។ ក្នុងករណីនេះ ប្រសិនបើអ្នកសម្រេចចិត្តទៅតាមអារម្មណ៍បែបនោះ ហើយយល់ថាវាជាការសម្រេចចិត្តត្រឹមត្រូវ អ្នកអាចជួបនូវការខកចិត្តនៅពេលណាមួយ ពោលគឺនៅពេលដែលអារម្មណ៍រំភើបមួយរយៈខ្លីនោះ វាសាបរលាបទៅវិញ។

ដើម្បីស្វែងយល់អំពីចំណង់ចំណូលចិត្តចំពោះការងារអ្វីមួយអោយបានត្រឹមត្រូវ យើងគប្បីត្រូវដឹងឲ្យបានច្បាស់ពីគោលបំណងសម្រាប់ជីវិតជាមុនសិន។ មនុស្សគ្រប់រូបតែងមានគោលបំណង និងបេសកកម្មសម្រាប់ជីវិត។ អ្នកខ្លះប្រាប់អោយគេឯងបានដឹង រីឯអ្នកខ្លះទៀតលាក់មិនអោយគេដឹង។ ប៉ុន្តែក៏មានអ្នកខ្លះមិនប្រាកដថាខ្លួនឯងមានគោលបំណងអ្វីពិតប្រាកដសម្រាប់ជីវិតដែរ។ អ្នកខ្លះទៀតទាល់តែពេលជួបភ័យន្តរាយ ឬពេលមានជម្ងឺធ្ងន់ទើបនឹកឃើញថា ខ្លួនមានគោលបំណងអ្វីមួយសំខាន់នៅក្នុងជីវិត។ ប៉ុន្តែយើងមិនចាំបាច់រង់ចាំរហូតដល់ពេលជរា ឬស្ថានភាពបែបនេះឡើយ។ ផ្ទុយទៅវិញ យើងអាចស្វែងរកគោលបំណងជីវិតរបស់យើងនៅពេលវេលាណាក៏បាន។ ការមានគោលបំណងសម្រាប់ជីវិតច្បាស់លាស់នេះ បានផ្តល់អោយយើងនូវអានុភាពយ៉ាងខ្លាំង ក្នុងការធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅរកមូលហេតុគ្រប់យ៉ាងដែលយើងធ្វើ។

តើអ្វីទៅជាគោលបំណងនៃជីវិតរបស់អ្នក? ចូរចំណាយពេលបន្តិចដើម្បីឆ្លើយសំនួរទាំងបួនខាងក្រោមនេះ ហើយសូមសរសេរជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ។ ចម្លើយដែលផុសចេញពីចិត្តរបស់អ្នកភ្លាមៗនោះហើយ នឹងក្លាយជាគោលបំណងរបស់អ្នក។ បើទោះជាអ្នកមានការផ្លាស់ប្តូរគោលបំណងនេះនៅពេលអនាគតក៏ដោយ ក៏មិនចាកឆ្ងាយពីចម្លើយទាំងនេះខ្លាំងពេកដែរ។

១. តើអ្នកចង់ឃើញអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងសង្គម?
(តើអ្នកចង់រស់នៅក្នុងសង្គមបែបណា? តើអ្នកចង់អោយមនុស្សគ្រប់រូបប្រព្រឹត្តយ៉ាងដូចម្តេច? តើអ្នកចង់ចូលរួមចំណែកធ្វើអ្វីសម្រាប់សង្គមអ្នក?)

www.elibraryofcambodia.org

២. តើអ្នកចង់បានអ្វីជាងគេក្នុងជីវិតរបស់អ្នក?

(តើអ្នកប្រាថ្នាចង់បានអ្វីជាងគេ? តើអ្នកចង់ធ្វើជាអ្វី? តើមុខងារអ្វីដែលអ្នកស្រឡាញ់ឬពេញចិត្តជាងគេ?)

៣. តើអ្នកមានទេពកោសល្យអ្វីខ្លះ?

(តើអ្នកពូកែអ្វីជាងគេ? តើអ្នកមានជុំនាញអ្វី? តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបានដោយងាយ? តើអ្នកឆ្លាតលើមុខវិជ្ជាអ្វីជាងគេ?)

www.elibraryofcambodia.org

៤. តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះនៅក្នុងពេលនេះ?

(តើអ្នកមានលទ្ធភាព និងសមត្ថភាពធ្វើអ្វីខ្លះនៅពេលនេះ? ក.សម្រាប់ការសិក្សា? ខ.សម្រាប់ការងាររកស៊ី? គ.សម្រាប់ការងារស្ម័គ្រចិត្ត? ឃ.សម្រាប់កិច្ចការជួយដល់សង្គម?។ល។)

ខាងក្រោមនេះជាឧទាហរណ៍នៃចម្លើយរបស់ខ្ញុំផ្ទាល់ កាលពីឆ្នាំ ១៩៩៧ និងនៅពេលបច្ចុប្បន្ន (ឆ្នាំ ២០១៣)៖

១.តើអ្នកចង់ឃើញអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងសង្គម?

១៩៩៧៖ ខ្ញុំចង់ឃើញមនុស្សរស់នៅដោយមានសាមគ្គីភាព មិនមានទំនាស់ ឬគំនុំគុំគួនគ្នាទៅវិញទៅមក
២០១៣៖ ខ្ញុំចង់ឃើញមនុស្សមានក្ដីស្រឡាញ់ចំពោះគ្នាទៅវិញទៅមក ចេះគោរពគ្នា ជួយជ្រោមជ្រែងគ្នាទៅវិញទៅមក មានឧត្តមគតិស្រឡាញ់ជាតិ មាតុភូមិ និងចេះលះបង់ប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួន ដើម្បីបុព្វហេតុយុត្តិធម៌ សេចក្ដីថ្លៃថ្នូរ សុចរិតភាព និងផ្ដល់សុខសន្តិភាព ដល់សង្គមជាតិ។

២. តើអ្នកចង់ធ្វើអ្វីជាងគេក្នុងជីវិតរបស់អ្នក?

១៩៩៧៖ ខ្ញុំចង់ធ្វើជាអ្នកគ្រប់គ្រងស្ថាប័នមួយ និងចង់ដឹកនាំមនុស្សមួយក្រុម អោយធ្វើកិច្ចការងារសំខាន់ដើម្បីចូលរួមចំណែកអភិវឌ្ឍន៍សង្គម

www.elibraryofcambodia.org

២០១៣៖ ខ្ញុំចង់ធ្វើជាអ្នកអប់រំមនុស្សម្នាក់ដ៏ប៉ិនប្រសប់ម្នាក់ និងអាចដឹកនាំមនុស្សឲ្យប្រព្រឹត្តអំពើល្អ ចេះស្រឡាញ់ និងលើកតម្កើង សុចរិតភាព សេចក្តីថ្លៃថ្នូរ កិត្តិយសខ្លួនឯង និងរបស់សង្គមជាតិទាំងមូល ។

៣. តើអ្នកមានទេពកោសល្យអ្វីខ្លះ?

១៩៩៧៖ ១.ភាសាអង់គ្លេស ២.កុំព្យូទ័រ ៣.ច្រៀង

២០១៣៖ ១.បង្ហាត់បង្រៀន ២.និយាយសាធារណៈ ៣.ទំនាក់ទំនងសាធារណៈ ៤.ចាត់ចែងនិងគ្រប់គ្រងមនុស្ស និងគំរោងការងារ ៥.និពន្ធកំណាព្យ ឬ សៀវភៅ ៦. វិភាគបញ្ហាសង្គម

៤.តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះនៅក្នុងពេលនេះ?

១៩៩៧៖ ១.បង្រៀនភាសាអង់គ្លេស ២.ស្វែករកការរៀនសូត្របន្ថែម

២០១៣៖ ១.ដឹកនាំអង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាល ២.បណ្តុះបណ្តាល បង្ហាត់បង្រៀន និងអភិវឌ្ឍន៍ធនធានមនុស្ស ៣.ផ្តល់ការលើកទឹកចិត្ត នឹងកែលម្អផ្នត់គំនិតមនុស្ស ៤.សិក្សាស្រាវជ្រាវ និងរៀនសូត្របន្ថែមទៀត

ខាងលើនេះជាចម្លើយផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ខ្ញុំ ដែលផុសចេញពីទឹកចិត្ត ហើយដែលឆ្លុះបញ្ចាំងអំពីចំណង់ចំណូលចិត្ត ក្តីប៉ងប្រាថ្នា និងទេពកោសល្យរបស់ខ្ញុំផ្ទាល់ ។

ឥឡូវនេះឧបមាថា អ្នកមានគោលបំណងជីវិតនៅក្នុងកំណត់ត្រារបស់អ្នករួចហើយ ។ សួរថាតើអ្នកអាចប្រែក្លាយគោលបំណងជីវិតនេះឲ្យទៅជាការពិតបាន ឬយ៉ាងណានោះ គឺអាស្រ័យលើការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នកផ្ទាល់ និងកត្តាជុំវិញ ដែលអាចមានឥទ្ធិពល

www.elibraryofcambodia.org

មកលើរូបអ្នក។ ឥឡូវនេះ ចូរត្រឡប់ទៅប្រធានបទខាងលើវិញ ដោយចោទសួរថា តើអ្វីទៅជាចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក? មិនគួរណាពិបាកឆ្លើយទេ ប្រសិនបើអ្នកមានភាពស្មោះត្រង់ចំពោះខ្លួនឯង និងហ៊ានសារភាពប្រាប់អំពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ខ្លួនឯង។ ប្រសិនបើអ្នកនៅមានភាពមិនច្បាស់លាស់ក្នុងការកំណត់ចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ខ្លួន សំនួរខាងក្រោមនេះ អាចជួយអោយអ្នកស្វែងយល់បាន។ ចូរសរសេរចំលើយតាមការគិតឃើញភ្លាមៗរបស់អ្នក ដោយកុំចំណាយពេលគិតយូរពេក។ យកល្អចំណាយពេលគិតមិនអោយលើសពី ៣០ វិនាទីសម្រាប់សំនួរនីមួយៗ ។

១.ប្រសិនបើអ្នកធ្វើការយ៉ាងនឿយហត់ ហើយសន្សំបានលុយ ១ ម៉ឺនដុល្លារ រួចអ្នកចង់ប្រើប្រាស់លុយ ១.៣ាន់ដុល្លារ ដើម្បីធ្វើអ្វីមួយជួយដល់សង្គម តើអ្នកគិតថានឹងធ្វើអ្វី?

២.តើកិច្ចការអ្វីខ្លះដែលអ្នកធ្លាប់បានធ្វើនាពេលកន្លងមក ដែលនាំអោយអ្នកសប្បាយចិត្តខ្លាំង និងចាំមិនភ្លេចរហូតមកទល់ពេលនេះ?

៣.ចូរអ្នកគិតទៅដល់ពេលវេលាកន្លងទៅ ដោយផ្តោតអារម្មណ៍នឹករកសកម្មភាព ដែលធ្វើអោយអ្នកសប្បាយរីករាយបំផុតនៅក្នុងជីវិត ។ តើពេលនោះអ្នកកំពុងធ្វើអ្វី?

www.elibraryofcambodia.org

៤.តើអ្នកចូលចិត្តធ្វើអ្វីខ្លាំងជាងគេនៅពេលដែលអ្នកមានអាយុ ១០ឆ្នាំ រឺក្មេងជាងនេះ?

ខ្ញុំសង្ឃឹមថាមកដល់ពេលនេះ អ្នកអាចរកឃើញចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នករួចហើយ។ ជាការសំខាន់ណាស់ ដែលថាចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នកផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងដំណើរជីវិតរបស់អ្នកទៅថ្ងៃអនាគត ពីព្រោះជាទូទៅ មនុស្សយើងភាគច្រើនតែងរក្សាចំណង់ចំណូលចិត្តពីធម្មជាតិនេះជានិច្ច លើកលែងករណីខ្លះដែលធ្វើអោយយើងផ្លាស់ប្តូរចំណង់ចំណូលចិត្តនៅពេលធំពេញវ័យ ដោយសារតែពីក្មេងយើងជួបប្រទះហេតុការណ៍ផ្សេងៗច្រើន ឬក៏រៀនសូត្រច្រើនរហូតដល់កម្រិតមួយ ដែលនាំអោយមានការផ្លាស់ប្តូរការយល់ឃើញ ឬទស្សនៈវិស័យ។ ប៉ុន្តែករណីផ្លាស់ប្តូរបែបនេះ កម្រមានណាស់ ។

ទោះជាអ្នកធ្លាប់ធ្វើកិច្ចការកន្លងមកផ្ទុយពីចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នកក៏ដោយក៏មិនទាន់យឺតពេលសម្រាប់អ្នកទេ ពីព្រោះអ្នកនៅមានឱកាសត្រឡប់ និងផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងអារម្មណ៍នេះឡើងវិញបាន នៅពេលសមស្របណាមួយ ក្នុងដំណើរជីវិតរបស់អ្នក។ តទៅមុខទៀតខ្ញុំនឹងនិយាយអំពីសម្មភាព ដែលអ្នកត្រូវធ្វើ ហើយអ្នកមិនត្រូវគិតថាហួសពេលសម្រាប់ធ្វើអ្វីមួយអោយបានត្រឹមត្រូវនោះទេ និងរឹតតែមិនត្រូវគិតទាល់តែសោះថាអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងសុទ្ធតែត្រូវបានកំណត់ ដោយព្រេងវាសនា ឬ ព្រហ្មលិខិតនោះឡើយ ពីព្រោះការយល់ឃើញដូច្នេះគឺបានត្រឹមតែដាក់ដែនកំណត់អោយជីវិតរបស់ខ្លួនឯង និងបង្កើតអោយមានអារម្មណ៍កណ្តោចកណ្តែង និងអាណិតអាសូរដល់ជីវិតខ្លួនឯង ហើយខ្វះការគ្រប់គ្រង និងទទួលខុសត្រូវលើជោគវាសនាខ្លួនឯងតែប៉ុណ្ណោះ។ តើអ្នកធ្លាប់ឆ្ងល់ទេថា អ្វីទៅជាព្រេងវាសនា ឬព្រហ្មលិខិតនោះ? តើអ្នកស្គាល់វាច្បាស់ទេ? តើវាជាមិត្តល្អរបស់អ្នកឬ? តើអ្នកអាចទុកចិត្តវាបានទេ? បើអ្នកមិនស្គាល់វាផង រឿងអ្វីអ្នកត្រូវបណ្តែតបណ្តោយខ្លួនអ្នកអោយវាកំណត់ ឬគ្រប់គ្រងជីវិតអ្នកទៅវិញ? តើយើងម្នាក់ៗ ដែលបាន

www.elibraryofcambodia.org

កើតមកលើភពផែនដីនេះ ដោយមានបាតដៃទទេរ មិនមែនដើម្បីតាក់តែង និងរៀបចំជីវិតយើងដោយខ្លួនយើងទេឬ? ឬមួយក៏ជីវិតយើងរាល់រូបសុទ្ធតែត្រូវបានគេចារមករួចជាស្រេចថាត្រូវតែបែបហ្នឹង?

ខ្ញុំជឿលើព្រេងសំណាងខ្លះដែរ ប៉ុន្តែខ្ញុំយល់ឃើញថា សំណាងគឺជាជំនួបគ្នារវាងការត្រៀមខ្លួន និងឱកាស បូកនឹងការធ្វើសកម្មភាពរបស់យើង។ ចំណែកឯព្រេងវាសនា ឬ ព្រហ្មលិខិត គឺជាជំនួបគ្នា រវាងគោលបំណងជីវិត ចំណង់ចំណូលចិត្ត និងការត្រៀមខ្លួន បូកជាមួយនឹងការប្រព្រឹត្តរបស់យើង។ នៅក្នុងនេះមានទេពកោសល្យ និងបញ្ញាបូករួមជាមួយផងដែរ ហើយខ្ញុំនឹងនិយាយអំពីចំនុចទាំងនេះនៅពេលបន្តិចទៀត។

ការត្រៀមខ្លួន+ឱកាស+សកម្មភាព=សំណាង

បំណងជីវិត+ចំណង់ចំណូលចិត្ត+ការត្រៀមខ្លួន+ឱកាស+សកម្មភាព=ព្រហ្មលិខិត

ខ្ញុំជឿថាមនុស្សយើងម្នាក់ៗសុទ្ធតែមានគោលបំណងសម្រាប់ជីវិត ហើយទេព-កោសល្យ និងកាលៈទេសៈ ដែលយើងឆ្លងកាត់ក្នុងជីវិត បានផ្តល់ឱកាសជាច្រើនដើម្បីអោយយើងសម្រេចបាននូវគោលបំណងទាំងនោះ។

ដើម្បីអោយអ្នកយល់កាន់តែច្បាស់បន្ថែមទៀតអំពីចំណង់ចំណូលចិត្ត និងទេពកោសល្យ ខ្ញុំសូមលើកនូវរឿងពិតខ្លះៗ អំពីដំណើរជីវិតរបស់ខ្ញុំផ្ទាល់ដូចតទៅៈ

ការឈានជើងចូលសាលារៀនដំបូងបំផុតរបស់ខ្ញុំ គឺនៅខណៈពេលដែលឪពុកខ្ញុំនាំទៅចុះឈ្មោះចូលរៀននៅសាលាបឋមសិក្សាព្រែកទប់ដែលស្ថិតនៅចំងាយប្រហែល៣គីឡូម៉ែត្រពីផ្ទះរបស់ខ្ញុំ។ ថ្ងៃនោះខ្ញុំមានអារម្មណ៍ភ័យផងអរផង ប៉ុន្តែខ្ញុំដឹងយ៉ាងច្បាស់ថាជាការចាប់ផ្តើមនូវដំណើរស្វែងរកចំណេះវិជ្ជា ដែលជាភារៈកិច្ចមួយយ៉ាងសំខាន់បំផុតសម្រាប់ជីវិតមនុស្សយើងគ្រប់ៗគ្នា។ មានពាក្យពេជន៍ទូន្មានមួយចំនួន ដែលជីដូនខ្ញុំ និងចាស់ៗឯទៀតធ្លាប់បាននិយាយជារឿយៗដូចជាពាក្យថា "ចេះស្ទើរល្ងើល្ងើឥតបទ ចេះប្រាកដប្រាក់រត់តាមហៅ" "ចេះមកពីរៀន មានមកពីរក" "ចំណេះវិជ្ជាជាទ្រព្យដ៏ពិសេសមួយហើយចោរមិនអាចលួចបាន"។ ពាក្យពេជន៍ដ៏សាមញ្ញទាំងនោះហើយ ដែលជំរុញអោយខ្ញុំតាំងចិត្តយ៉ាងមុតមាំថាខ្ញុំត្រូវតែខំរៀន ដើម្បីក្លាយខ្លួនជាបុគ្គលឆ្នើមនៅក្នុងសង្គម និងដើម្បីមានការងារអាជីពមួយ សម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវិតខ្លួនឯងផ្ទាល់ និងជួយជ្រោមជ្រែងដល់

www.elibraryofcambodia.org

គ្រួសារនៅថ្ងៃអនាគត។ មួយសប្តាហ៍ ដំបូងឪពុករបស់ខ្ញុំ បានជូនខ្ញុំទៅរៀនដោយកង់កញ្ចាស់របស់គាត់ រីឯសប្តាហ៍បន្ទាប់ទៀត គឺខ្ញុំត្រូវដើរទៅសាលាដោយខ្លួនឯង រឺគេហៅថាជិះអាជ្ញាតរហើរ។ ទោះបីជាខ្ញុំត្រូវដើរទៅមកចំងាយ៦គីឡូម៉ែត្រជារៀងរាល់ថ្ងៃក៏ដោយ ក៏ខ្ញុំមិនទៀយហត់ឡើយ និងមានអារម្មណ៍ថាហាក់បីដូចជាមិនឆ្ងាយទេ ដោយសារតែមានក្មេងៗដទៃទៀតដើរជាមួយដែរ ហើយពួកយើងដើរបណ្តើរ រត់ប្រឡងគ្នាលេងបណ្តើរ។ ជួនពេលខ្លះពួកយើងតប់ក្តារឈ្នួនបង្ហោះលេងតាមផ្លូវយ៉ាងសប្បាយ។ ការដើរទៅមកជារៀងរាល់ថ្ងៃធ្វើអោយពួកយើងឡើងសាច់ដុំកំភួនជើង ដូចអ្នករត់ម៉ារ៉ាតុនដែរ។

បន្ទាប់ពីរៀនបាន១ខែដំបូង ខ្ញុំចាប់ផ្តើមមានភាពស្និទ្ធស្នាលជាមួយនិងលោកគ្រូរបស់ខ្ញុំ។ នៅពេលនោះខ្ញុំមានចិត្តចង់ធ្វើជាគ្រូបង្រៀន ពីព្រោះខ្ញុំបានឃើញគុណតម្លៃនិងសីលធម៌ល្អរបស់លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ និងការយកចិត្តទុកដាក់គោរពរាប់អានពីសំណាក់មាតាបិតាសិស្ស។ ការគោរពប្រតិបត្តិបែបនេះមានទាំងនៅក្នុងសាលា និងនៅតាមផ្លូវសាធារណៈផងដែរ ជាក់ស្តែងពេលណាដែលយើងឃើញលោកគ្រូ អ្នកគ្រូជិះកង់តាមដងផ្លូវយើងតែងតែដោះមួកហើយអោនលំទោន រួមជាមួយនឹងស្នាមញញឹម និងការគោរពចេញពីក្នុងចិត្ត។ ហេតុផលមួយទៀតដែលធ្វើអោយខ្ញុំពេញចិត្ត និងចង់ក្លាយជាគ្រូបង្រៀន គឺថា ខ្ញុំមិនបានឃើញអ្វីពិសេសជាងអាជីពជាគ្រូនេះទេនៅពេលនោះ។ អ្វីដែលខ្ញុំឃើញជារៀងរាល់ថ្ងៃ គឺវាលស្រែ កសិករធ្វើស្រែចំការ (ភ្ជួររាស់ដកស្ទូង) សត្វពាហនៈ (គោក្របី) ជ្រូកមាន់ទាជាដើម ។ល។ ក្រៅពីនេះខ្ញុំបានឃើញព្រះសង្ឃ និងមន្ត្រីប៉ូលីសម្តងម្កាលដែរ នៅពេលដែលខ្ញុំធ្វើដំណើរតាមផ្លូវ ឬ ពេលមានពិធីបុណ្យទានផ្សេងៗ។ ដូច្នេះចំណង់ចំណូលចិត្ត និងអារម្មណ៍ពេញចិត្តទៅលើអាជីពជាគ្រូបង្រៀនរបស់ខ្ញុំ បានរីកធំឡើងបន្តិចម្តងៗចាប់តាំងពីពេលនោះមក។

ក្នុងសម័យនោះ នៅឯទីជនបទដូចជាភូមិរបស់ខ្ញុំ មិនមានទូរទស្សន៍មើលទេ រហូតដល់ទសវត្សរ៍ឆ្នាំ៨០ ទើបមានទូរទស្សន៍មួយៗនៅក្នុងភូមិ។ នៅក្បែរផ្ទះខ្ញុំ ចម្ងាយប្រហែល ១០០ម៉ែត្រ មានកសិករដែលមានជីវភាពមធ្យមម្នាក់បានទិញទូរទស្សន៍សខ្មៅ ១៤អ៊ិញមួយគ្រឿង ហើយខ្ញុំតែងតែទៅមើលទូរទស្សន៍នេះ នៅពេលក្បាលព្រលប់បន្ទាប់ពីផ្ទុំគោក្របីរួចរាល់ល្ងាចរួច ដើម្បីកំសាន្តអារម្មណ៍។ នៅពេលនោះពួកយើងហៅទូរទស្សន៍

www.elibraryofcambodia.org

ថាកញ្ញាក់ទិព្វ ។ ខ្ញុំចាំបានថា កាលនោះមានការបញ្ចាំងរឿងភាពយន្ត ចិន ហុងកុង ថៃ និងឥណ្ឌា តាមកញ្ចក់ទូរទស្សន៍ ហើយខ្ញុំពេញចិត្ត និងចាប់អារម្មណ៍ទៅនឹងតួអង្គជានាយក និងអគ្គនាយករបស់ក្រុមហ៊ុន ព្រោះឃើញគាត់ស្លៀកពាក់សង្ហារ មានអាវធំក្រវាត់ក ហើយដឹកនាំការប្រជុំ និងមានបុគ្គលិកគោរពស្រឡាញ់។ ឃើញដូច្នេះខ្ញុំចាប់ផ្តើមបណ្តុះនូវចិត្តស្រឡាញ់មុខតំណែងនោះ ហើយបានលួចសុបិន្តម្តងម្កាលថាខ្លួនខ្ញុំនឹងកាន់មុខតំណែងបែបនេះនៅពេលខ្ញុំធំឡើង។ ចំណង់ចំណូលចិត្តនេះ បានពន្លកដុះឡើង និងរីកដុះដាល នៅក្នុងអារម្មណ៍ និងក្តីស្រម៉ៃរបស់ខ្ញុំចាប់តាំងពីពេលនោះមក។

បន្ថែមពីនេះទៀត ជារឿយៗ ខ្ញុំតែងសំឡឹងទៅលើមេឃ នៅពេលឮសំលេងយន្តហោះម្តងៗព្រោះនៅទីជនបទមានលក្ខណៈស្ងប់ស្ងាត់ ដូច្នេះអោយតែពេលណាមានយន្តហោះឆ្លងកាត់ម្តងៗ ខ្ញុំតែងឮសំលេងវាយ៉ាងច្បាស់ ហើយអាចមើលឃើញតួ និងផ្សែងពីខាងក្រោយវា។ សំរាប់ខ្ញុំកាលនោះគិតថាវាជារបស់ដ៏ពិសេសមួយទៀត ឬ ខ្ញុំហៅវាថាបក្សីស្លាបដែក។ ពេលឃើញវាម្តងៗ ខ្ញុំតែងហៅវាអោយចុះមក ដើម្បីអោយខ្ញុំជិះលេងផង ប៉ុន្តែវាមិនដែលធ្វើតាមខ្ញុំសោះឡើយ។ ខ្ញុំប្រាប់ខ្លួនឯងថាក្នុងជាតិនេះ ខ្ញុំត្រូវតែជិះយន្តហោះអោយបាននៅពេលណាមួយ និងមើលទេសភាពពីលើមេឃមកកាន់ផែនដី ។ ពេលខ្លះខ្ញុំភ្លេចខ្លួន ច្រលមាត់និយាយឮៗត្រូវមិត្តភក្តិក្មេងៗឯទៀតសើចចំអក និងចំអកថាខ្ញុំស្រម៉ៃហួសមាឌ។ ខ្ញុំក៏បានតបវិញថា ចុះវាមានតែអស់អី គ្រាន់តែនិយាយហ្នឹងវាសនាមនុស្សនរណារទៅមើលឃើញ ថាមិនត្រូវខ្ញុំអាចជិះវាបានមែនក៏ថាបាន។ ពួកគេក៏សើចចំអកបន្ត ហើយថាខ្ញុំនេះ ជាមនុស្សរវើរវាយផ្តេសផ្តាស់។ ខ្ញុំមិនខ្វល់ ហើយក៏មិនប្រកែកតទៅទៀតដែរ ទុកអោយពេលវេលាជាអ្នកបង្ហាញលទ្ធផលទៅចុះ។

តាមរយៈការនិយាយរឿងខាងលើនេះខ្ញុំបានប្រាប់អ្នកនូវសេចក្តីប្រាថ្នាចំនួន ៣ របស់ខ្ញុំ និងចំណង់ចំណូលចិត្តចំនួន ២ ផងដែរ៖ ទី១គឺអារម្មណ៍ចូលចិត្ត និងស្រឡាញ់ការងារជាគ្រូបង្រៀន ទី២គឺអារម្មណ៍ចូលចិត្ត និងស្រឡាញ់ការងារជាអ្នកគ្រប់គ្រង ឬជាអគ្គនាយក។

សួរថាតើចំណង់ចំណូលចិត្តទាំងពីរខាងលើនេះ បានផ្សារភ្ជាប់យ៉ាងណាខ្លះមកលើការងារបច្ចុប្បន្នរបស់ខ្ញុំ?

www.elibraryofcambodia.org

ទាក់ទងនឹងចំណង់ចំណូលចិត្តទី១៖ កាលខ្ញុំអាយុ១៣ឆ្នាំ ខ្ញុំបានបង្រៀនភាសាអង់គ្លេសទៅដល់ក្មេងៗ ហើយមិនយូរប៉ុន្មាន ខ្ញុំបានក្លាយទៅជាគ្រូបង្រៀនវ័យក្មេងដ៏ឆ្នើមម្នាក់នៅពេលនោះ។ បើទោះបីជាបច្ចុប្បន្នខ្ញុំមានការងារអាជីពជានាយកប្រតិបត្តិរបស់ស្ថាប័នដ៏ធំមួយ ក៏ខ្ញុំនៅតែឆ្លៀតពេលបង្ហាត់បង្រៀនយុវជន សិស្សនិស្សិត និង មន្ត្រីមកពីគ្រប់ស្ថាប័ននានា រួមទាំងស្ថាប័នរដ្ឋ អង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាល និងក្រុមហ៊ុនឯកជននានា។ល។ គិតមកទល់ឆ្នាំ ២០១៣ គឺមានមនុស្សជាច្រើនម៉ឺននាក់ ដែលខ្ញុំបានបណ្តុះបណ្តាល និងធ្វើការអប់រំតាមរូបភាពផ្សេងៗ។ ប្រាកដណាស់ថា ខ្ញុំនឹងបន្តការងារ បង្ហាត់ បង្រៀន និងចែករំលែកចំណេះដឹងនេះតទៅទៀត ពីព្រោះការ[illegible]ចូលចិត្ត និងស្រឡាញ់ការងារនេះបានផុសឡើងតាំងពីខ្ញុំនៅវ័យក្មេង ហើយវាបានស្ថិតក្នុងអារម្មណ៍របស់ខ្ញុំជាដរាប។

រីឯចំណង់ចំណូលចិត្តទី២ ដែលពន្លកចេញមកពីការមើលរឿងភាពយន្តតាមទូរទស្សន៍នោះ ខ្ញុំក៏បានធ្វើសកម្មភាពឆ្លើយតបនឹងវាដែរ គឺថាខ្ញុំធ្វើការជាបុគ្គលិកអង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាលនៅអាយុ១៧ឆ្នាំ ហើយក្លាយជាអ្នកគ្រប់គ្រងនៅអាយុ ២២ឆ្នាំនឹងបន្តកាន់មុខដំណែងផ្សេងៗនៅក្នុងស្ថាប័នធំៗ មានដូចជាៈ សហភាពអឺរ៉ុប វិទ្យាស្ថានជាតិប្រជាធិបតេយ្យសម្រាប់កិច្ចការអន្តរជាតិ ធនាគារពិភពលោក និងអង្គការសហប្រជាជាតិ ។ល។ ពេលខ្ញុំកំពុងសរសេរសៀវភៅនេះ ខ្ញុំជានាយកប្រតិបត្តិរបស់អង្គការតម្លាភាពកម្ពុជា។

ចុះចំណែកក្តីប្រាថ្នាទី៣ របស់ខ្ញុំដែលចង់ជិះយន្តហោះនោះយ៉ាងណាដែរ? ខ្ញុំបានជិះយន្តហោះលើកដំបូងនៅអាយុ១៩ឆ្នាំ ពីភ្នំពេញឆ្ពោះទៅកាន់វៀងចាន់ ប្រទេសឡាវ និងហានណូយ ប្រទេសវៀតណាម ។ គិតមកដល់ឆ្នាំ២០១៣ គឺខ្ញុំបានទៅប្រទេសចំនួន២០ នៅគ្រប់ទ្វីបទាំងអស់។ ខ្ញុំគិតថា ខ្ញុំនឹងបន្តជិះយន្តហោះទៅបណ្តាប្រទេសជាច្រើនទៀត ដូច្នេះ ការជិះយន្តហោះដែលជាសុបិនរបស់ខ្ញុំកាលពីក្មេងនោះ បានក្លាយជារឿងធម្មតាហើយនៅពេលនេះ ។

២.ស្គាល់ទេពកោសល្យខ្លួនឯង

មនុស្សដែលយើងស្ងើចសរសើរ និងបុគ្គលដែលទទួលបានជោគជ័យទាំងអស់សុទ្ធសឹងជាអ្នកដែលស្គាល់ពីទេពកោសល្យរបស់ខ្លួន ហើយចេះប្រើប្រាស់ទេពកោសល្យ

www.elibraryofcambodia.org

នេះអោយបានត្រឹមត្រូវ និងអស់ពីលទ្ធភាព ឬសក្តានុពល។ ប៉ុន្តែមានមនុស្សមិនតិចនាក់ទេដែលខ្ញុំបានជួប ដែលជាអ្នកមិនបានដឹង ឬ មើលមិនឃើញអំពីទេពកោសល្យរបស់ខ្លួន។ ចូរអ្នកកុំយល់ច្រឡំថាមានមនុស្សតែ២ ឬ ៣នាក់ប៉ុណ្ណោះដែលមានទេពកោសល្យពីធម្មជាតិ។ ការយល់ច្រឡំបែបនេះគឺជាមូលហេតុដែលធ្វើអោយអ្នក មិនបានប្រើប្រាស់ទេពកោសល្យរបស់ខ្លួនឲ្យអស់ពីលទ្ធភាព ឬ អស់ពីសក្តានុពលរបស់អ្នក។

តាមពិតមនុស្សយើងគ្រប់រូប សុទ្ធតែមានទេពកោសល្យរៀងៗខ្លួន។ ប៉ុន្តែថាតើយើងអាចប្រើទេពកោសល្យរបស់យើងបានត្រឹមកំរិតណានោះ គឺអាស្រ័យលើខ្លួនយើងផ្ទាល់។ អ្នកឯកទេស និងអ្នកស្រាវជ្រាវខាងផ្នែកស្វែងរកសុភមង្គលរបស់មនុស្ស បានគូសបញ្ជាក់ពីសារៈសំខាន់នៃការប្រើប្រាស់ទេពកោសល្យ រួមជាមួយនិងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់យើងក្នុងការបង្កើតការងារ ឬ អាជីពយូរអង្វែង។ ទេពកោសល្យនៅទីនេះគឺខ្ញុំសំដៅទៅលើជំនាញពិសេស មិនមែនជំនាញធម្មតា ដែលយើងទើបចេះបន្ទាប់ពីបានរៀននៅសាលា ឬតាមរយៈការអប់រំជាផ្លូវការណាមួយ នោះទេ។ នេះគឺមានន័យថាអ្នកមានជំនាញពិសេសពីធម្មជាតិរួចហើយ ប៉ុន្តែបន្ទាប់ពីបានរៀនសូត្រ ហ្វឹកហាត់បន្ថែម និងធ្វើការដកពិសោធន៍ អ្នកកាន់តែចេះស្ទាត់មួយកំរិតទៀត។

មនុស្សគ្រប់រូបសុទ្ធតែមានជំនាញពិសេស ឬ ទេពកោសល្យផ្ទាល់ខ្លួនអ្វីមួយពីធម្មជាតិ ដែលអាចអោយគេធ្វើអ្វីម្យ៉ាងបានយ៉ាងស្ទាត់ជំនាញ និងដោយងាយ ដែលអ្នកដទៃមិនអាចធ្វើបាន ឬអាចធ្វើបានដែរ ប៉ុន្តែធ្វើបានយ៉ាងលំបាក។ អ្នកត្រូវតែរកអោយឃើញនូវជំនាញពិសេសនេះ រួចហើយធ្វើជាម្ចាស់លើវា ឬជាអ្នកគ្រប់គ្រងវា ដើម្បីដុសខាត់បន្ថែម និងប្រើប្រាស់វាអោយអស់សក្តានុពល។ ជាការសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកត្រូវរកអោយឃើញនូវចំណងទាក់ទងគ្នារវាងចំណង់ចំណូលចិត្ត និង ទេពកោសល្យនេះ។ ជាទូទៅចំណុចទាំងពីរនេះជាបងប្អូននឹងគ្នា ហើយពួកវាមានតួនាទីជួយអ្នកអោយក្លាយជាមនុស្សជោគជ័យ ផ្តល់អោយអ្នកនូវភាពរីករាយ និងសុភមង្គលក្នុងជីវិត ប៉ុន្តែពួកវារង់ចាំទទួលបញ្ជាពីអ្នក។ ឧទាហរណ៍ ទេពកោសល្យរបស់អ្នកគឺជាសមត្ថភាពពិសេសក្នុងការលើកទឹកចិត្តនិងគ្រប់គ្រងមនុស្ស ហើយអ្នកអាចផ្សារភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយនិងគេឯងបានដោយងាយ។ មិនតែប៉ុណ្ណោះ អ្នកអាចលើកទឹកចិត្តឲ្យពួកគេសម្រេចកិច្ចការធំៗបាន

www.elibraryofcambodia.org

យ៉ាងច្រើនផងដែរ។ អ្នកខ្លះទៀតមានទេពកោសល្យខាងបច្ចេកវិទ្យាអេឡិចត្រូនិច អ្នកខ្លះខាងសិល្បៈ អ្នកខ្លះខាងគំនូរ អ្នកខ្លះខាងតែងនិពន្ធ (កំណាព្យ ឬ បទចំរៀង) អ្នកខ្លះខាងទស្សនៈវិជ្ជា អ្នកខ្លះទៀតខាងតួលេខ ឬស្ថិតិ និងអ្នកខ្លះទៀតខាងភាសាបរទេស។ល។ ពេលខ្លះគេហៅទេពកោសល្យថា "ផុង" ឧទាហរណ៍ ថាអ្នកមានផុងខាងផ្នែកទំនាក់ទំនងសាធារណៈ និងការងារទីផ្សារ ឬអ្នកមានផុងខាងចំរៀងសម័យ ឬបុរាណ។ល។

២.១ ទេពកោសល្យ និងការហ្វឹកហាត់

ទោះបីជាទេពកោសល្យរបស់អ្នកជាអ្វីក៏ដោយ វាជាកម្មសិទ្ធរបស់អ្នក ដែលមានតាំងពីកំណើត និងតាមបែបធម្មជាតិ។ អ្នកអាចសំលៀងវាអោយស្រួច ឬ ធ្វើអោយវាល្អប្រសើរតាមរយៈការសិក្សារៀនសូត្រ ឬ ហ្វឹកហាត់បន្ថែម ដើម្បីត្រៀមខ្លួនធ្វើកិច្ចការងារជាប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ ដល់ក្រុមគ្រួសារ និងដល់សង្គមជាតិទាំងមូល។ ជាការពិតណាស់ គេត្រូវការបុគ្គលិកជំនាញពិតប្រាកដយកមកធ្វើការងារ ពោលគឺអ្នកដែលរៀនសូត្រជំនាញបច្ចេកទេសពីសាលា និង មានសញ្ញាប័ត្រត្រឹមត្រូវ។ ប៉ុន្តែទន្ទឹមគ្នានេះដែរ គេក៏ត្រូវការបុគ្គលិក ដែលមានទេពកោសល្យផងដែរ។

អ្នកខ្លះផ្តោតការយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងពេញទំហឹងទៅលើការសិក្សានៅសាលា ព្រោះចង់បានសញ្ញាប័ត្រឯកទេសអ្វីមួយដែលគេយល់ថាឡូយ ទោះបីជាខ្លួនគេមិនមានទេពកោសល្យ ឬ ជំនាញផ្នែកហ្នឹងក៏ដោយ។ មានអ្នកខ្លះទៀតសិក្សានៅ ២ ឬ ៣ មហាវិទ្យាល័យក្នុងពេលតែមួយ ជាពិសេសអ្នកដែលមានឪពុកម្តាយមានជីវភាពធូរធារ ដោយពួកគាត់យល់ឃើញថាមានជំរើសច្រើនក្នុងការស្វែងរកការងារធ្វើបន្ទាប់ពីរៀនចប់។ ទោះបីជាការធ្វើបែបនេះ អាចជួយអោយពួកគេត្រៀមលក្ខណៈតម្រូវតាមទីផ្សារការងារក៏ដោយ ជួនកាលវាក៏អាចជះឥទ្ធិពលមិនល្អខ្លះដែរ និងពេលខ្លះធ្វើអោយពួកគេមិនមានភាពច្បាស់លាស់ ឬប្រាកដប្រជាលើជំនាញមួយឲ្យជាក់លាក់។ ជារឿយៗ ការរៀនច្រើនមុខវិជ្ជាពេក អាចមានភាពច្របូកច្របល់ និងក្លាយជាឧបសគ្គ ក្នុងការដុសខាត់ រឺសម្រួចទេពកោសល្យពីធម្មជាតិរបស់ខ្លួនអោយបានល្អប្រសើរជាអតិបរមា។ ឧបមាថា មិត្តភក្តិរបស់អ្នករៀននៅ ៣ មហាវិទ្យាល័យក្នុងពេលតែមួយ ហើយបន្ទាប់ពីបញ្ចប់ការសិក្សាជា

www.elibraryofcambodia.org

ហ្គាល គាត់ទទួលបានសញ្ញាបត្រ ៣ ប៉ុន្តែគាត់ទទួលបាននិទ្ទេស C D និង E រីឯខ្លួនអ្នក ញរៀននៅតែ ១ មហាវិទ្យាល័យ ដោយផ្តោតទៅលើជំនាញ ដែលផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក។ នៅពេលបញ្ចប់ការសិក្សា អ្នកទទួលបាននិទ្ទេស A ស្ទើរតែគ្រប់មុខវិជ្ជាទាំងអស់ និងយ៉ាងអន់បំផុតក៏បាននិទ្ទេស B ដែរ ។ តើអ្នកគិតថាមួយណាប្រសើរជាង?

ប្រសិនបើអ្នកចាំបាច់ត្រូវតែរៀន ២ មហាវិទ្យាល័យក្នុងពេលតែមួយ សូមជ្រើសរើសយកមុខជំនាញដែលត្រូវរៀន អោយមានការទាក់ទង ឬ បំពេញបន្ថែមអោយគ្នាទៅវិញទៅមក និងជាពិសេសអ្នកត្រូវប្រាកដថា ខ្លួនអ្នកមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ និងមានសមត្ថភាពផ្នែកខួរក្បាលដើម្បីរៀនអោយបានពូកែ និងអាចទទួលបាននិទ្ទេសល្អគ្រប់មុខវិជ្ជា ពុំនោះទេអ្នកគ្រាន់តែមានបរិមាណសញ្ញាប័ត្រច្រើន ប៉ុន្តែគុណភាពនៃចំណេះដឹងនិងជំនាញ ពុំសូវមានឡើយ។ ក្រៅពីការរៀនអំពីជំនាញ ដែលត្រូវគ្នាជាមួយនឹងទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្ត អ្នកក៏ត្រូវឆ្លៀតរៀនកុំព្យូទ័រ និងភាសាបរទេស អោយបានល្អ និងស្ទាត់ជំនាញផងដែរ ពីព្រោះក្នុងសម័យទំនើបបច្ចុប្បន្ន និងការធ្វើសមាហរណកម្ម ឬសកលភាវូបនីយកម្ម គេត្រូវការជំនាញទាំងអស់នេះ ជាមធ្យោបាយទំនាក់ទំនងគ្នាដ៏ចាំបាច់ ដែលមិនអាចខ្វះបាន។

ខ្ញុំបានឃើញមនុស្សជាច្រើននាក់ ដែលមិនអាចផ្សារភ្ជាប់ការសិក្សា ទៅនឹងទេពកោសល្យ និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់ខ្លួន។ នេះជាការគួរអោយស្តាយខ្លាំងណាស់ ព្រោះថាភាគច្រើននៃបុគ្គលិក ដែលមិនបានធ្វើដូច្នោះ នៅពេលគេចូលបំរើការងារ គេមិនសូវមានសក្តានុពលពេញលេញ ឬ អាចក្លាយខ្លួនជាបុគ្គលិកឆ្នើមបានឡើយ ដោយហេតុថាសមត្ថភាពពួកគេមិនសូវលេចធ្លោ និង រឹតតែពិសេសទៅទៀតនោះ គឺគេអាចនឹងធុញទ្រាន់នឹងការងារយ៉ាងងាយ ពីព្រោះពួកគេមិនសូវស្រឡាញ់ការងារនោះផង។ នេះហើយជាមូលហេតុចំបងមួយ ក្នុងចំនោមហេតុផលផ្សេងៗទៀត នៃការបំពេញកិច្ចការមិនសូវបានល្អ។

ក្នុងករណីដែលអ្នកមានភាពស្រពិចស្រពិល អំពីទេពកោសល្យរបស់អ្នក ចូរសួរ និងឆ្លើយសំនួរខាងក្រោមនេះ ដោយឆ្លុះបញ្ចាំងលក្ខណៈពិតប្រាកដរបស់អ្នកផ្ទាល់។

www.elibraryofcambodia.org

១.កាលអ្នកនៅពីក្មេង តើអ្នកចង់ធ្វើអ្វីពេលអ្នកធំឡើង ?

២.តើអ្នកចូលចិត្តមុខវិជ្ជាអ្វីជាងគេ ពេលរៀននៅ បឋម វិទ្យាល័យ និងមហាវិទ្យាល័យ?

៣.តើអ្នកគិតថាអ្វីជាចំនុចខ្លាំង (ចំនុចពិសេស) របស់អ្នក?

៤.តើគេសរសើរអ្នកទៅលើអ្វី ហើយច្រណែនអ្នកដោយសារអ្វី?

៥.តើអ្វីដែលអ្នកធ្វើបានដោយងាយបំផុត (ដូចបកចេកទុំ) ?

www.elibraryofcambodia.org

៦.តើអ្នកចូលចិត្តផ្តល់អ្វីទៅឲ្យគេ ?

៧.ចូរជ្រើសរើសពាក្យ ៣ម៉ាត់ ដែលពិពណ៌នាអំពីខ្លួនអ្នក ?

៨.តើអ្នកមានជំនាញ ឬ ចំនុចពិសេសអ្វីដែលខុសពីមនុស្សនៅជុំវិញអ្នក ?

៩.ចូរសរសេរនូវអ្វីដែលអ្នកយល់ថាជាទេព្យកោសល្យរបស់អ្នក (បើទោះជាអ្នកយល់ថាអ្នកត្រូវហ្វឹកហាត់បន្ថែមទៀតក៏ដោយ?

និយាយអំពីទេពកោសល្យខ្ញុំវិញ រាប់ចាប់ពីវ័យកុមារមក គឺខ្ញុំពូកែខាងនិយាយ ព្រោកប្រាចទៅកាន់មិត្តភក្តិ មានទំនាក់ទំនងល្អ ជាមួយអ្នកផងឯទៀត ទាំងក្មេង ទាំងចាស់នៅក្នុងភូមិ។ នៅក្នុងថ្នាក់រៀន ខ្ញុំត្រូវបានគ្រូតែងតាំង ឬ សិស្សបោះឆ្នោតអោយធ្វើជាប្រធានថ្នាក់ ស្ទើររាល់ឆ្នាំជាពិសេសចាប់ពីបឋមសិក្សា រហូតដល់វិទ្យាល័យ ដោយសារខ្ញុំជាសិស្សពូកែ។ ខ្ញុំមានទេពកោសល្យខាង តែងសេចក្តី និពន្ធកំណាព្យ និងរៀនភាសាបរទេស។

www.elibraryofcambodia.org

នៅក្នុងវ័យកុមារ ខ្ញុំនៅចាំរឿងមួយក្នុងទសវត្សទីឆ្នាំ៨០ (១៩៨៥-១៩៨៩) នៅពេលដែលក្មេងៗសម័យនោះនៅមានចំបាយ និងឥទ្ធិពលសង្គ្រាម ដែលឆ្លងចេញពីអាណាព្យាបាល និងយុវជននាសម័យនោះ។ កាលនោះមានការប្រយុទ្ធគ្នាដោយប្រើដំពាមកៅស៊ូ តទល់ជាមួយនិងក្មេងៗឯទៀតនៅក្នុងភូមិជិតខាង ស្ទើររៀងរាល់ថ្ងៃ នៅវាលស្រែខាងក្រោយផ្ទះខ្ញុំ។ ដោយសារភាពក្លាហាន និងប្រាជ្ញាក្នុងចំណោមក្មេងៗឯទៀត ខ្ញុំត្រូវបានគេតែងតាំងជាមេទ័ពក្នុងសមរភូមិប្រយុទ្ធនោះ។ ក្នុងតំណែងជាមេទ័ពកាលនោះ ខ្ញុំត្រូវដកពិសោធន៍អំពីយុទ្ធសាស្ត្រ ក្នុងការប្រយុទ្ធតតាំង និងការទប់ទល់ជាមួយដៃគូប្រយុទ្ធដ៏ស្វិតស្វាញដោយត្រូវគិតថា៖ តើពេលណាត្រូវវាយលុក ឬត្រូវដកថយ ឬប្រើចិត្តសាស្ត្រក្នុងការបំភ័យ និងពេលខ្លះត្រូវធ្វើការចរចារជាដើម។ វាជាបទពិសោធន៍ ក្នុងការដឹកនាំមួយ ដែលខ្ញុំបានឆ្លងកាត់ក្នុងកាត់ក្នុងវ័យកុមារ ហើយវាក៏ជារឿងអតីតកាល មួយលេចធ្លោក្នុងជីវិតខ្ញុំដែរ។

នៅចន្លោះឆ្នាំ១៩៨៩ ដល់ ឆ្នាំ១៩៩១ ខ្ញុំធ្វើជាអ្នកចំរៀងអម ជាមួយក្រុមតន្ត្រីនៅជនបទជាមួយបងប្រុសជីដូនមួយរបស់ខ្ញុំ ដែលជាអ្នកលេងហ្គីតាសូឡូ និងក្រោយមកទៀតដើរច្រៀងជាមួយពូរបស់ខ្ញុំដែលជាអ្នកលេងឧបករណ៍ អ៊ិក ឬ(ព្យាណូ)។ កាលនោះខ្ញុំទើបមានអាយុប្រហែល៩ ឬ ១០ ឆ្នាំ ខ្ញុំចូលចិត្តច្រៀង ហើយមានសម្លេងពិរោះគួរសម ប៉ុន្តែពិសេសជាងនេះទៅទៀតនោះគឺ ខ្ញុំមានភាពក្លាហានក្នុងការឈរលើឆាក ហើយច្រៀង និងរាំដោយអារម្មណ៍រីករាយ។ មានមនុស្សជាច្រើនដែលមានសម្លេងពិរោះជាងខ្ញុំ ប៉ុន្តែគេគ្មានភាពក្លាហានក្នុងការច្រៀងលើឆាកបែបនេះទេ។ ការងារជាអ្នកចម្រៀងអមវ័យក្មេងពេលនោះបានផ្តល់នូវប្រាក់ចំណូលខ្លះៗ សម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវភាព និងសម្រាប់ការចាយវាយរបស់ខ្ញុំផងដែរ។ មូលហេតុនៃបទពិសោធន៍របស់ខ្ញុំនេះ គឺប្រហែលជាជំនាញមួយដែលខ្ញុំមាន ដោយសារឪពុករបស់ខ្ញុំ ក៏ធ្លាប់ជាអ្នកលេងហ្គីតាសូឡូដែរ ហើយកាលខ្ញុំនៅអាយុ ៣ ឬ ៤ឆ្នាំ ខ្ញុំឧស្សាហ៍ទៅស្តាប់គាត់លេងហ្គីតា និងច្រៀងនៅវាលស្រែខាងជើងផ្ទះ គឺក្បែរដើមខ្នុនមួយដើម។

នៅពេលឆ្លុះបញ្ចាំងទៅនឹងអតីតកាល ខ្ញុំបានរកឃើញថា ខ្លួនខ្ញុំផ្ទាល់បានប្រើប្រាស់ទេពកោសល្យ ដែលមានតាំងពីវ័យក្មេងជាច្រើន នៅក្នុងមុខងារបច្ចុប្បន្ន ដូចជា

www.elibraryofcambodia.org

ជំនាញទំនាក់ទំនងសាធារណៈ ការដឹកនាំ និងគ្រប់គ្រងមនុស្ស ការនិយាយសាធារណៈ និងការគិតជាយុទ្ធសាស្ត្រជាដើម។ល។ ពោលគឺទេពកោសល្យទាំងនោះពិតជាបានជួយអោយខ្ញុំសម្រេចកិច្ចការជាច្រើន ដែលខ្ញុំកំពុងធ្វើនាពេលបច្ចុប្បន្ននេះ និងបន្តធ្វើតទៅទៀតនៅពេលអនាគត។ ដូច្នេះការសំលៀង ឬការដុសខាត់ទេពកោសល្យពីធម្មជាតិរបស់យើង ដែលមានតាំងពីវ័យក្មេង អាចជួយយើងអោយបំពេញការងារបានល្អ និងប្រកបដោយការពេញចិត្ត ដែលនេះជាភាពរីករាយ និងសុភមង្គលមួយបែបនៅក្នុងអាជីពការងារ ដែលអាចអោយយើងរកឃើញនូវអត្ថន័យសម្រាប់ជីវិតមួយផ្នែកផងដែរ។

៣.កំណត់គោលដៅសម្រាប់ជីវិត

បើទោះបីជាការរៀបចំប្លង់ជីវិត មានសារៈសំខាន់ដូចគ្នាទៅនឹងការរៀបចំប្លង់ផ្ទះ ឬប្លង់អគារក្តី តែរយៈពេលនៃការស្ថាបនាជីវិត ត្រូវការពេលយូរជាងការសាងសង់ផ្ទះ ឬអគារ។ សមិទ្ធិផលជីវិត ដែលមានលក្ខណៈពេញលេញ តម្រូវអោយមានធាតុផ្សំនៃភាពជោគជ័យ ដូចជា សុភមង្គល ភាពរីករាយ និងជីវិតដែលមានអត្ថន័យ។ ដើម្បីទទួលបានសមិទ្ធិផលនេះ យើងត្រូវការពេលយូររហូតដល់រាប់សិបឆ្នាំឯណោះ។

ដោយសារតែមានរយៈពេលវែងបែបនេះហើយ ទើបមានមនុស្សជាច្រើននាក់សម្រេចចិត្តបោះបង់ការតស៊ូព្យាយាមរបស់ខ្លួនចោលនៅពាក់កណ្តាលផ្លូវ ព្រោះតែគេខ្វះនូវការអត់ធ្មត់ ឬអស់ជំនឿចិត្ត និងក្តីសង្ឃឹម ហើយបែរទៅលួងលោមខ្លួនឯងដោយការស្តីបន្ទោសទៅលើព្រេងវាសនា និងព្រហ្មលិខិតទៅវិញ។ ភាពជោគជ័យដ៏ពេញលេញរបស់មនុស្ស គឺជាការបូកផ្សំរួមគ្នារវាងសមិទ្ធិផលជោគជ័យនៃបំណែកតូចៗជាច្រើនផ្នែក និងជាច្រើនដំណាក់កាល។ ពុំមានវេទមន្តសក្តិសិទ្ធិអ្វី ដែលអាចជប់អោយចេញភាពជោគជ័យដ៏ពេញលេញមួយភ្លាម ដូចនៅក្នុងរឿងភាពយន្ត ឬនៅក្នុងរឿងនិទាននោះទេ។ ហេតុដូច្នេះហើយទើបយើងត្រូវបង្កើតគោលដៅតូចៗជាដំណាក់កាលៗ ដើម្បីយើងអាចវាស់វែងភាពជោគជ័យជាជំហានៗរបស់យើង និងដើម្បីជាការផ្តល់នូវកំលាំងចិត្តអោយយើងអាចអបអរសាទរនៅតាមដងផ្លូវដ៏វែងឆ្ងាយ ឆ្ពោះទៅរកភាពជោគជ័យដ៏ពេញលេញរបស់យើង។ គោលដៅគឺត្រូវបានគេប្រើជាឧបករណ៍សម្រាប់វាស់នូវលទ្ធផល ដែលគេបាន

www.elibraryofcambodia.org

ដៅទុកជាមុន ដោយមានពេលវេលាកំណត់ជាក់លាក់។ រយៈពេលនៃគោលដៅ គឺអាស្រ័យលើយើងជាអ្នកកំណត់ ប៉ុន្តែជាទូទៅ គេនិយមកំណត់គោលដៅរយៈពេលពី ៣ ឆ្នាំ ទៅ៥ឆ្នាំ សម្រាប់រយៈពេលខ្លី និងមធ្យម និងមានអ្នកខ្លះកំណត់គោលដៅរបស់ខ្លួនសម្រាប់រយៈពេល១០ឆ្នាំសម្រាប់រយៈពេលវែង។

៣.១ សារៈប្រយោជន៍នៃការកំណត់គោលដៅ

រាល់ការរីកចម្រើន និងភាពជោគជ័យរបស់មនុស្ស ត្រូវតែឆ្លងកាត់ការផ្លាស់ប្តូរជានិរន្តរ៍ ឬ ឥតឈប់ឈរ ហើយភាពដដែលៗ គឺជាឧបសគ្គនៃការលូតលាស់និងការរីកចម្រើនរបស់មនុស្ស។ ការកំណត់គោលដៅ គឺជាការចាប់ផ្តើមផ្លាស់ប្តូរគំនិត ដើម្បីឈានទៅរកភាពល្អប្រសើរជាងមុន និងអាចអោយយើងដឹងអំពីទិសដៅ ដែលយើងត្រូវធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅ និងដឹងអំពីអ្វីដែលយើងចង់បាន។ ការដឹងអំពីទិសដៅនេះមាន សារៈសំខាន់ណាស់ ព្រោះវាអាចជួយអោយយើងធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅមុខបានយ៉ាងលឿន មិនខ្ជះខ្ជាយពេលវេលា ព្រមទាំងមានកម្លាំងកាយ ឬថាមពល និងកម្លាំងចិត្តជាកត្តាជំរុញ។ ឧទាហរណ៍ អ្នកកំពុងស្ថិតនៅស្តុបចំការមន ហើយអ្នកបក់ដៃហៅម៉ូតូឌុប។ ពូម៉ូតូឌុបក៏មកដល់ហើយអ្នកក៏បានឡើងជិះម៉ូតូ។ ពេលនោះពូម៉ូតូឌុបសួរអ្នកថា តើប្អូនអញ្ជើញទៅណា? អ្នកក៏ឆ្លើយថាខ្ញុំទៅផ្សារទួលទំពូង។ ពេលនោះពូម៉ូតូឌុបប្រាកដជាដឹកអ្នកទៅដល់ផ្សារទួលទំពូងក្នុងរយៈពេល ១០ ទៅ ១៥ នាទី។ ចុះឧបមាថា បើពេលពូម៉ូតូឌុបសួរអ្នក នៅពេលអ្នកឡើងជិះម៉ូតូនៅស្តុបចំការមន ហើយអ្នកបែរជាឆ្លើយថាខ្ញុំមិនដឹងទៅទីណាទេ។ តើពេលនោះមានរឿងអ្វីកើតឡើង? តើអ្នកអាចទៅដល់គោលដៅដែរឬទេ?

មានមនុស្សមិនតិចនាក់ទេ ដែលមិនដឹងពីគោលដៅជីវិតខ្លួនឯង ឬដឹងថាតើអ្វីអោយជាក់លាក់ពិតប្រាកដ ដែលខ្លួនចង់បាននៅក្នុងជីវិត។ មនុស្សជាច្រើនបានត្រឹមតែនិយាយថាខ្ញុំចង់ក្លាយជាអ្នកមាន ខ្ញុំចង់បានសេចក្តីសុខ ឬខ្ញុំចង់ទៅលេងកន្លែងកំសាន្តជាច្រើន។ល។ ការចង់បានបែបនេះ គេមិនហៅថាជាការដឹងអំពីគោលដៅជីវិតនោះទេ។ លក្ខណៈបែបនេះគឺប្រៀបបានទៅនឹងការដែលអ្នកប្រាប់ពូម៉ូតូឌុបថាអ្នកចង់ទៅខណ្ឌមានជ័យ ដូច្នេះពូម៉ូតូឌុបអាចត្រឹមតែដឹកអ្នកទៅដាក់នៅលើស្ពានស្ទឹងមានជ័យតែប៉ុណ្ណោះ គឺ

www.elibraryofcambodia.org

មិនអាចជូនអ្នកទៅដល់គោលដៅបានឡើយ ពីព្រោះអ្នកមិនបានប្រាប់អំពីគោលដៅជាក់លាក់ និងច្បាស់លាស់ទេ។

សារៈប្រយោជន៍មួយទៀតគឺថា នៅពេលដែលអ្នកបានកំណត់គោលដៅជាក់លាក់ និងច្បាស់លាស់ អ្នកនិងផ្តោតការគិត ផ្តោតអារម្មណ៍ កំលាំងកាយចិត្ត និងធ្វើសកម្មភាពឆ្ពោះសំដៅទៅរកគោលដៅនោះ ហើយជាលទ្ធផល អ្នកនឹងទៅដល់គោលដៅនោះនៅពេលវេលាកំណត់ណាមួយដ៏ឆាប់។ ប្រសិនបើអ្នកមិនបានទៅដល់គោលដៅនោះទាំងស្រុងតាមពេលវេលា ដែលអ្នកបានកំណត់ទុកជាមុនទេនោះ អ្នកក៏បានធ្វើដំណើរទៅជិតដល់កន្លែងនោះរួចទៅហើយ គឺប្រហែលនៅសល់តែបន្តិចទៀតប៉ុណ្ណោះ។

ការផ្តោតការគិត ផ្តោតអារម្មណ៍ កម្លាំងកាយចិត្ត និងធ្វើសកម្មភាពនេះ មានថាមពលខ្លាំងណាស់ ក្នុងការសម្រេចបាននូវភាពជោគជ័យរបស់យើង គឺប្រៀបបានទៅនឹងការដែលយើង យកកញ្ចក់ឆ្លុះមុខដាក់អោយស្រូបកំដៅព្រះអាទិត្យ ហើយបញ្ចាំងពន្លឺដែលផ្លាតចេញពីកញ្ចក់នោះ សំដៅទៅចំចំនុចគោលដៅនៃវត្ថុ ឬ អង្គធាតុអ្វីមួយ ហើយប្រាកដណាស់ថាពន្លឺកញ្ចក់នោះពិតជាអាចជះឥទ្ធិពលទៅលើវត្ថុនោះជាពុំខាន។ ប្រសិនបើអ្នកបញ្ចាំងពន្លឺនោះចំវត្ថុដែលងាយនឹងឆាបឆេះដូចជា សំលី ឬ ក្រណាត់ស្តើង វានឹងឆេះទៅជាភ្លើងបាន ហើយបើអ្នកបញ្ចាំងពន្លឺនេះទៅកាន់ចំនុចតែមួយរយៈពេលយូរ សូម្បីតែវត្ថុរឹងដូចជា ស្ពាន់ ឬអាលុយមីញ៉ូ ក៏អាចរលាយបានដែរ។

ការប្រមូលផ្តុំនៃគំនិត អារម្មណ៍ កម្លាំងកាយចិត្ត និងសកម្មភាពរបស់យើងក៏ដូចគ្នាដែរ គឺវាអាចមានអនុភាព និងថាមពលយ៉ាងខ្លាំង ដែលអាចអោយយើងសម្រេចបានជោគជ័យអ្វីមួយដែលអ្នកប៉ងប្រាថ្នា។ ការបង្កើតគោលដៅសមហេតុផល អាចជួយឲ្យយើងមានអារម្មណ៍រំភើប និងផ្លាស់ប្តូរពីភាពអស់សង្ឃឹមទៅជាមានសង្ឃឹម ពីព្រោះយើងអាចស្រមៃមើលឃើញលទ្ធផលជោគជ័យក្នុងជីវិតយើងនៅនឹងមុខ ដែលភាពជោគជ័យបែបនេះនឹងធ្វើអោយជីវិតយើងរឹតតែល្អប្រសើរឡើងជាងពេលបច្ចុប្បន្ន ឬ វាអាចដោះស្រាយបញ្ហា ដែលយើងកំពុងជួបប្រទះក្នុងពេលនេះ។ ការស្រមៃឃើញដូច្នេះ ពិតជាធ្វើអោយយើងមានអារម្មណ៍រំភើប និងធូរស្រាលបានមួយកំរិត។ វាមិនមែនជាការស្រមៃឥតបានការនោះទេ ប៉ុន្តែយើងអាចមានសមត្ថភាពធ្វើវាឲ្យក្លាយទៅជាការពិតបាន។

www.elibraryofcambodia.org

៣.២ គោលការណ៍សម្រាប់កំណត់គោលដៅអោយមានប្រសិទ្ធភាព

ចូរអ្នកកំណត់គោលដៅសម្រាប់ជីវិតអ្នកដោយផ្អែកលើគោលការណ៍ខាងក្រោមនេះ ៖

៣.២.១ មានភាពជាក់លាក់ និងច្បាស់លាស់

ដើម្បីអាចអោយយើងសម្រេចជោគជ័យបាន គោលដៅត្រូវតែមានភាពជាក់លាក់ និងច្បាស់លាស់។ អ្នកមិនត្រូវកំណត់គោលដៅទូលំទូលាយ គ្មានដែនកំណត់នោះទេ។ ឧទាហរណ៍នៃគោលដៅមិនជាក់លាក់ និងមិនច្បាស់លាស់មានដូចជា: "ខ្ញុំនឹងក្លាយជាអ្នកមាន..........." ឬ "ខ្ញុំនឹងធ្វើជាអ្នកធំ..........." រីឯគោលដៅ ដែលមានភាពជាក់លាក់និងច្បាស់លាស់នោះគឺ "ខ្ញុំនឹងមានលុយ១០ម៉ឺនដុល្លា........." ឬ "ខ្ញុំនឹងធ្វើជានាយកក្រុមហ៊ុន.........."។ល។

៣.២.២ អាចវាស់វែងបាន

គោលដៅដែលអ្នកកំណត់ត្រូវតែអាចគេវាស់វែងបាន។ ឧទាហរណ៍គោលដៅដែលអាចវាស់វែងបានមានដូចជា: "ខ្ញុំនឹងមានលុយ១លានដុល្លា........." ឬ "ខ្ញុំនឹងធ្វើជានាយកក្រុមហ៊ុន......"។ល។ ចំនុចដែលគេវាស់វែងបាននោះគឺពាក្យថា "១លានដុល្លា" និង "នាយកក្រុមហ៊ុន" ចំណែកឯពាក្យថា "ក្លាយជាអ្នកមាន" និង "ធ្វើជាអ្នកធំ" យើងមិនអាចវាស់វែងបានទេ។

៣.២.៣ អាចសម្រេចបាន

គ្រប់គោលដៅ ដែលអ្នកកំណត់ អ្នកត្រូវតែមានជំនឿចិត្តថា អ្នកនឹងអាចធ្វើបានសម្រេច។ ឧបមាថាអ្នកកំពុងតែរៀននៅក្នុងវិទ្យាល័យ ហើយអ្នកកំណត់គោលដៅថា "អ្នកនឹងក្លាយជារដ្ឋមន្ត្រីក្នុងរយៈពេល៥ឆ្នាំក្រោយមក" គោលដៅនេះគេហៅថាគោលដៅមិនអាចសម្រេចបាន រីឯគោលដៅ ដែលអាចសម្រេចបានក្នុងស្ថានភាពនេះគួរតែថា "អ្នកនឹងប្រឡងជាប់បាក់ឌុប និងទទួលបាននិទ្ទេសល្អ ហើយអាចចូលរៀននៅមហាវិទ្យាល័យ

www.elibraryofcambodia.org

ដែលអ្នកបងចង់រៀនដោយមិនចាំបាច់បង់ប្រាក់ និង ថែមទាំងទទួលបានអាហារូបករណ៍ ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់ការចំណាយផ្សេងៗទៀតផង"។

៣.២.៤ សមហេតុផល និង ដែលផ្សារភ្ជាប់ជាមួយចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នក

គោលដៅរបស់អ្នកត្រូវមានលក្ខណៈ សមហេតុ សមផល ដែលគេស្តាប់ទៅមិនហួសហេតុ ហើយខ្លួនអ្នកក៏គិតថាល្មមសមរម្យទៅនឹងសមត្ថភាពអ្នក។ ជាពិសេសគោលដៅនោះ ត្រូវតែផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងចំណង់ចំណូលចិត្ត ទេពកោសល្យ និងជាចំណែកមួយឆ្ពោះទៅរកការសម្រេចបានបំណងប្រាថ្នាធំនៅក្នុងជីវិតរបស់អ្នក។ ឧបមាថា អ្នកមានបំណងធ្វើជានាយកក្រុមហ៊ុន ហើយចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នកគឺគ្រប់គ្រងមនុស្ស និងស្ថាប័ន រីឯទេពកោសល្យរបស់អ្នកគឺដឹកនាំមនុស្ស ទំនាក់ទំនងសាធារណៈ និងការចាត់ចែងកិច្ចការងារ អ្នកត្រូវបង្កើតគោលដៅជាដំណាក់កាលឆ្ពោះទៅរកមុខដំណែងជានាយកក្រុមហ៊ុន។ ក្នុងលក្ខណៈបែបនេះ ប្រសិនបើអ្នកទើបប្រឡងជាប់បាក់ឌុប ហើយត្រូវជ្រើសរើសយកជំនាញសម្រាប់សិក្សានៅមហាវិទ្យាល័យនោះ អ្នកគួររៀនយកជំនាញគ្រប់គ្រងរាជីវកម្ម និងគ្រប់មនុស្ស។ អ្នកមិនត្រូវរៀនយកជំនាញសារព័ត៌មាន ឬវិស្វកម្មនោះទេ។ ក្នុងស្ថានភាពបែបនេះ គោលដៅរបស់អ្នក គឺត្រូវរៀនអោយបានបរិញ្ញាប័ត្រ ឬបរិញ្ញាប័ត្រជាន់ខ្ពស់ផ្នែកគ្រប់គ្រងអាជីវកម្ម និងគ្រប់គ្រងមនុស្ស ហើយត្រូវស្វែងរកឱកាសធ្វើការងារជាជំនួយការនាយកគ្រប់គ្រង ឬផ្នែករដ្ឋបាល និងធនធានមនុស្ស នៅក្នុងក្រុមហ៊ុន ឯកជន ឬនៅក្នុងស្ថាប័នវិជ្ជាជីវៈណាមួយ ដើម្បីអ្នកអាចទទួលបានបទពិសោធន៍ការងារជាក់ស្តែង។

៣.២.៥ មានពេលវេលាកំណត់ជាក់លាក់

គោលដៅរបស់អ្នកត្រូវតែមានពេលវេលាកំណត់ច្បាស់លាស់ដូចជាសម្រាប់ ១ឆ្នាំ ៣ឆ្នាំ ឬ៥ឆ្នាំ ឬយូរជាងនេះគឺ ១០ឆ្នាំ។ ជាការល្អ អ្នកគួរកំណត់គោលដៅចន្លោះពី ៣ទៅ ៥ឆ្នាំ ពីព្រោះវាជាគំលាតនៃពេលវេលាសមស្របមួយ សម្រាប់យើងធ្វើការវាស់វែងលទ្ធផល។ ការកំណត់គោលដៅ ដែលគ្មានពេលវេលាជាក់លាក់ ឬច្បាស់លាស់ នឹងនាំ

www.elibraryofcambodia.org

អោយយើងខ្ជះខ្ជាយ ឬ បណ្តែតបណ្តោយពេលវេលាដ៏មានតម្លៃ និង ធ្វើអោយយើងមិនអាចសម្រេចជោគជ័យ ប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និងប្រសិទ្ធផល (ចំណេញពេល និងថវិកា) បានទេ។

៣.៣ កំណត់គោលដៅសំខាន់ៗសម្រាប់ខ្លួនអ្នក

អ្នកអាចកំណត់គោលដៅលើសពីមួយ សម្រាប់កំឡុងពេលដូចគ្នា ដរាបណាគោលដៅផ្សេងគ្នានោះមិនមានការប្រជែងគ្នា តែផ្ទុយទៅវិញវាជួយបំពេញបន្ថែមអោយគ្នាទៅវិញទៅមក ហើយដែលគោលដៅទាំងនោះជាធាតុផ្សំក្នុងការសម្រេចគោលបំណង ឬបេសកកម្មនៅក្នុងជីវិតអ្នក។ ឧបមាថា អ្នកមានបំណងចង់ធ្វើជាសហគ្រិន និង ចង់បង្កើតក្រុមហ៊ុនខ្លួនឯងមួយ ដូច្នេះអ្នកអាចបង្កើតគោលដៅអំពីការសិក្សា គោលដៅអំពីការចាប់ផ្តើមការងារដើម្បីរៀនបទពិសោធន៍ពីវា គោលដៅអំពីការសន្សំប្រាក់ទុកធ្វើជាដើមទុនសម្រាប់ចាប់ផ្តើមធ្វើអាជីវកម្មរបស់អ្នក និងគោលដៅក្នុងការបង្កើតបណ្តាញក្នុងចំណោមបុគ្គល ដែលអាចនឹងក្លាយជាអតិថិជនរបស់អ្នក ឬក៏បុគ្គល ដែលអាចជួយអ្នកក្នុងការធ្វើអាជីវកម្មនោះអោយបានជោគជ័យ។ គោលដៅទាំងអស់នេះសុទ្ធតែជាធាតុផ្សំដើម្បីអោយអ្នកសម្រេចបាននូវគោលបំណងសម្រាប់ជីវិត ពោលគឺក្លាយជាសហគ្រិនដោយមានក្រុមហ៊ុនមួយជាកម្មសិទ្ធិរបស់ខ្លួនឯង។

ខាងក្រោមនេះគឺជាគោលដៅសំខាន់ៗមួយចំនួនដែលអ្នកគួរបង្កើតឡើង ៖

៣.៣.១ គោលដៅសម្រាប់ការសិក្សា

អ្នកគួរកំណត់គោលដៅសម្រាប់ការសិក្សា ដោយរាប់បន្តទៅមុខ គិតចាប់ពីកំរិតសិក្សាបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក។ ឧបមាថា ឥឡូវនេះ អ្នកកំពុងតែរៀននៅវិទ្យាល័យ ឬទើបចាប់ផ្តើមរៀននៅមហាវិទ្យាល័យ អ្នកត្រូវកំណត់គោលដៅ ថាតើអ្នកនឹងរៀនដល់កម្រិតណា? ចប់ថ្នាក់បរិញ្ញាប័ត្រ ឬបរិញ្ញាប័ត្រជាន់ខ្ពស់ ឬក៏រហូតដល់ចប់ថ្នាក់បណ្ឌិត។ ពេលកំណត់គោលដៅសិក្សានេះ អ្នកត្រូវពិនិត្យ និងពិចារណាអំពីស្ថានភាពគ្រួសារ និងឱកាសនានានៅជុំវិញខ្លួនអ្នក។ ជម្រើសទី១ គឺអ្នករៀនបណ្តើរ ធ្វើការបណ្តើរ ព្រោះអ្នកត្រូវការប្រាក់ចំណូលខ្លះដើម្បីផ្គត់ផ្គង់ខ្លួនឯង និងក្រុមគ្រួសារ។ ជម្រើសទី២ គឺអ្នករៀនរហូតដល់ចប់

www.elibraryofcambodia.org

ថ្នាក់បរិញ្ញាប័ត្រជាន់ខ្ពស់ ទើបស្វែងរកការងារធ្វើពីព្រោះគ្រួសារអ្នកមានជីវភាពធូរធារ ហើយគ្មានសំពាធផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុនោះទេ។

ជម្រើសទាំង២ ខាងលើសុទ្ធតែមានគុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិរៀងៗខ្លួន។ ឧទាហរណ៍ គុណសម្បត្តិនៃជម្រើសទី១ គឺអ្នកមានឱកាសដកបទពិសោធន៍ផ្ទាល់ជាមួយនិងការងារ ហើយបានរៀននូវជំនាញ ឬករួមនិងការអនុវត្តន៍ផ្ទាល់ ដែលធ្វើអោយអ្នកទទួលបានទាំងចំណេះដឹង ទាំងចំណេះធ្វើ និងធ្វើអោយអ្នកបានចាប់ផ្តើមពង្រឹងស្មារតីផ្ចត់ផ្ចង់ អត្តចរិត និងជំនាញទំនាក់ទំនងបែបវិជ្ជាជីវៈក្នុងក្របខ័ណ្ឌការងារ ។ល។ ដែលទាំងអស់នេះមិនមានបង្រៀននៅក្នុងសាលានោះទេ តែបើមានក៏មានតិចតួចដែរ។ បទពិសោធន៍ទាំងនេះមានតម្លៃសម្រាប់ការស្វែងរកអាហារូបករណ៍ទៅសិក្សានៅឯបរទេស។ ចំនែកឯគុណវិបត្តិវិញ គឺថាអ្នកអាចមានការរវល់ខ្លាំងជាមួយនិងការងារ ហើយពុំមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីរៀនសូត្រអោយបានពេញលេញ ដែលក្នុងករណីនេះអ្នកអាចនឹងបានពិន្ទុត្រឹមមធ្យម ឬល្អបង្គួរ។ ដើម្បីបានពិន្ទុខ្ពស់ជាងនេះ អ្នកត្រូវខំប្រឹងប្រែងរៀនជាអតិបរមា ដែលជារឿយៗក្លាយទៅជាការពលិកម្មយ៉ាងសម្បើម។ មានមនុស្សមួយចំនួនតូចប៉ុណ្ណោះ ដែលអាចធ្វើដូច្នេះបាន និងជាលទ្ធផលពួកគេ ក្លាយទៅជាបុគ្គលដ៏ឆ្នើម។

គុណសម្បត្តិនៃជម្រើសទី២ គឺអ្នកមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីផ្តោតអារម្មណ៍ទៅលើការសិក្សា និងស្រាវជ្រាវទៅលើប្រធានបទពាក់ព័ន្ធនានាបានគ្រប់គ្រាន់។ ជាលទ្ធផល ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ញាឈ្លាសវៃ និងឧស្សាហ៍ព្យាយាម អ្នកនឹងទទួលបានពិន្ទុល្អធាទីគាប់ចិត្ត ហើយការទទួលបានកម្រិតពិន្ទុល្អបែបនេះ អាចធ្វើអោយអ្នកមានឱកាសក្នុងការប្រឡងយកអាហារូបករណ៍ទៅរៀននៅបណ្តាប្រទេសជឿនលឿនមួយចំនួនធានា។ រីឯគុណវិបត្តិវិញគឺថា អ្នកមិនទទួលបានបទពិសោធន៍ផ្ទាល់ឡើយ ហើយការយល់ដឹងតែទ្រឹស្តី ដោយខ្វះការអនុវត្តន៍ផ្ទាល់ ក៏មិនទាន់គ្រប់គ្រាន់ដែរ។ ជានិស្សិត ដែលមិនទាន់បានឆ្លងកាត់របៀបធ្វើទំនាក់ទំនងតាមបែបវិជ្ជាជីវៈនៅឡើយ អ្នកអាចនឹងមិនសូវមានភាពចាស់ទុំផ្នែកអត្តចរិត ឬ មិនទាន់មានភាពជាអ្នកដឹកនាំ និងស្មារតីទទួលខុសត្រូវតាមរបៀបការងារវិជ្ជាជីវៈនៅឡើយ ដែលចំណុចខ្វះខាតនេះ អាចធ្វើអោយអ្នកជាប់ជំពាក់បន្តិចនៅពេលចូលប្រលូកក្នុងការងារជំនួញ។

www.elibraryofcambodia.org

ជម្រើសទី ៣ គឺខណៈពេល ដែលអ្នកកំពុងរៀននៅមហាវិទ្យាល័យ អ្នកអាចចូលរួមក្នុងសកម្មភាពស្ម័គ្រចិត្ត ដែលបង្កើតឡើងក្នុងបុព្វហេតុជួយអភិវឌ្ឍន៍សហគមន៍ ជួយដល់ជនក្រីក្រ ជនពិការ មនុស្សចាស់ជរា ឬក្មេងកំព្រា។ល។ បន្ថែមពីនេះអ្នកគួរនាំគ្នាស្ម័គ្រចិត្តថែរក្សាការពារបរិស្ថានធម្មជាតិ ឬដាំដើមឈើ និងចូលរួមបោសសម្អាតទីធ្លាសាធារណៈ និងអប់រំពលរដ្ឋ កុំអោយចោលកាកសំណល់ ឬសំរាមពាសវាលពាសកាល គ្មានសណ្តាប់ធ្នាប់។ ទាំងអស់នេះសុទ្ធសឹងជាកិច្ចការដ៏មានសារៈប្រយោជន៍សម្រាប់សង្គមផង និងសម្រាប់ខ្លួនអ្នកផង។ នេះក៏អាចរាប់ថាជាបទពិសោធន៍ការងារដ៏មានតម្លៃផងដែរ ហើយពេលអ្នកដាក់ពាក្យស្វែងរកការងារធ្វើ គេនឹងរាប់បទពិសោធន៍ទាំងនេះចូលទៅក្នុងការពិចារណារបស់គេ នៅពេលដែលគេធ្វើការសម្រេចចិត្តជ្រើសរើសបុគ្គលិក។ ជាពិសេសជាងនេះទៅទៀត អ្នកផ្តល់អាហារូបករណ៍ជ រមែងតែងអោយតម្លៃខ្ពស់ទៅលើការងារស្ម័គ្រចិត្ត ពីព្រោះគេយល់ថាអ្នកធ្លាប់ធ្វើកិច្ចការងារស្ម័គ្រចិត្តទាំងនេះ ជាបុគ្គលដែលមានស្មារតី និងមានចិត្តជួយដល់អ្នកដទៃ និងដល់សង្គម ថែមទាំងមានការអត់ធ្មត់ និងលះបង់ខ្ពស់ទៀតផង។ ជាការពិតណាស់ថា អ្នកផ្តល់អាហារូបករណ៍មិនមែនចង់ជួយដល់អ្នកតែមួយរូបនោះទេ ហេតុដូច្នេះហើយទើបគេផ្តល់ប្រាក់ឧបត្ថម្ភទៅអោយតែបុគ្គលណា ដែលនឹងប្រើចំណេះ និងជំនាញ ដែលគេបានរៀនមកជួយដល់អ្នកដទៃ និងដល់សង្គម ធ្វើឲ្យមានការរីកចម្រើនឡើង និងដើម្បីចូលរួមចំណែកដោះស្រាយបញ្ហា និងវិបត្តិទាំងឡាយ ដែលមនុស្ស និងផែនដីកំពុងជួបប្រទះ។ ដូច្នេះតាមរយៈការ ស្ម័គ្រចិត្តនេះ វាជាសក្ខីភាពមួយក្នុងចំណោមភស្តុតាងដទៃទៀត ដែលបញ្ជាក់ថា អ្នកមិនមែនជាមនុស្សអាត្មានិយមទេ។

ជាភ័ស្តុតាងក្នុងរយៈពេល ៦ឆ្នាំចុងក្រោយនេះ (គិតមកដល់ឆ្នាំ ២០១៣) ខ្ញុំបានដឹកនាំយុវជនជាច្រើនពាន់អ្នកធ្វើសកម្មភាព ស្ម័គ្រចិត្តតាមរូបភាពផ្សេងៗ ហើយបានសរសេរលិខិតអំណះអំណាង និងគាំទ្រ អោយយុវជន ដែលសកម្មមួយចំនួន ដើម្បីស្វែងរកអាហារូបករណ៍ទៅរៀននៅបរទេស។ យុវជនទាំងនោះបានទទួលការឧបត្ថម្ភ និងអាហារូបករណ៍ទៅសិក្សាបន្តនៅ អឺរ៉ុប អាមេរិក និងអាស៊ី។ល។

www.elibraryofcambodia.org

មានយុវតីម្នាក់ឈ្មោះ ណាក៉ា សុខេមា ដែលត្រូវបានគេស្គាល់ថាជានិស្សិតឆ្នើម និងជាអ្នកសកម្មនៅក្នុងកិច្ចការងារស្ម័គ្រចិត្តជួយដល់សង្គមតាមរូបភាពផ្សេងៗ មិនថាជួយបោសសម្អាតទីក្រុង ចូលរួមដាំដើមឈើ ឬថែរក្សាបរិស្ថាន ជួយអប់រំដល់កុមារកំព្រា ឬ ចែករំលែកបទពិសោធន៍ ចំណេះដឹង និងជំនាញដល់យុវជនដទៃទៀត។ល។ នាងបានចាប់ផ្តើមចូលរួមកិច្ចការងារស្ម័គ្រចិត្តចាត់តាំងពីអាយុ ១៥ឆ្នាំ នៅពេលដែលនាងកំពុងរៀននៅថ្នាក់ទី ១០មកម្ល៉េះ។ នៅពេលនាងមានអាយុ១៩ឆ្នាំ នាងត្រូវបានគេតែងតាំងអោយធ្វើជាអ្នកដឹកនាំគំរោងតូចៗជាច្រើន។ ដូច្នេះនាងបានបង្កើតនូវទម្លាប់មួយសម្រាប់ជីវិត គឺមិនចូលចិត្តទុកពេលវេលារបស់នាងអោយនៅទំនេរឡើយ។ ជាលទ្ធផលគិតមកដល់ត្រឹមវ័យ ២០ឆ្នាំ នាងបានធ្វើដំណើរទៅកាន់ប្រទេសជាងដប់ នៅលើពិភពលោកតាមរយៈកម្មវិធីផ្លាស់ប្តូរបទពិសោធន៍ ឬ ការឧបត្ថម្ភអោយចូលរួមក្នុងកិច្ចប្រជុំ ឬសន្និបាទអន្តរជាតិជាច្រើន។

បច្ចុប្បន្ននេះ នាងកំពុងបម្រើការងារអាជីពដ៏សំខាន់មួយ និងទទួលបានប្រាក់បៀវត្សរ៍សមរម្យសម្រាប់ចិញ្ចឹមជីវិតនាង ដោយមិនចាំបាច់មានការទំនុកបំរុង ឬឧបត្ថម្ភពីឪពុកម្តាយនាងឡើយ។ ក្រៅពីមានប្រាក់ចំនូលសមរម្យ នាងកំពុងតែរៀនសូត្រនូវបទពិសោធន៍ការងារល្អៗជាច្រើន។ ដោយសារតែចំណេះដឹង ជំនាញ បទពិសោធន៍ និងអត្តចរិតល្អរបស់នាង យើងមិនមានការព្រួយបារម្ភចំពោះអនាគតរបស់យុវតីរូបនេះឡើយ។ ពិតណាស់ថានាងនឹងមានអនាគតល្អ ហើយគឺជាកោសិកាដ៏សំខាន់មួយសម្រាប់ប្រទេសកម្ពុជា ដែលយើងមានមោទនភាពនៅពេលនេះក៏ដូចជានៅពេលអនាគតដែរ។

ចំណែកឯជម្រើសទី៤ គឺអ្នកអាចសម្រេចចិត្តចូលធ្វើការងារក្នុងក្របខ័ណ្ឌវិជ្ជាជីវៈ បន្ទាប់ពីរៀនចប់ថ្នាក់បរិញ្ញាប័ត្រភ្លាម ដើម្បីដកពិសោធន៍ការងារ ហើយ ២ ទៅ ៣ ឆ្នាំក្រោយមក ទើបអ្នកបន្តការសិក្សាថ្នាក់បរិញ្ញាប័ត្រជាន់ខ្ពស់ ឬ រហូតដល់ថ្នាក់បណ្ឌិត។ អ្នកអាចរៀនបណ្តើរ និងធ្វើការបន្តទៀតក្នុងពេលតែមួយ ឬក៏ឈប់ធ្វើការងារសិន ហើយចូលរៀនបន្តអោយបានពេញលេញ អាស្រ័យលើការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នក និងយោងទៅតាមកាលៈទេសៈ ឬស្ថានភាពរបស់អ្នកផ្ទាល់។ ជម្រើសមួយនេះក៏មិនមានទាស់ខុសអ្វីដែរ ហើយប្រហែលជាមានភាពងាយស្រួលសម្រាប់មនុស្សភាគច្រើនទៀតផង។

www.elibraryofcambodia.org

ខាងលើនេះជាជំនួយខ្លះៗសម្រាប់អ្នកក្នុងការគិតពិចារណាទៅលើគោលដៅសម្រាប់ការសិក្សារបស់អ្នក។

ឥឡូវនេះចូរអ្នកសរសេរអំពីគោលដៅសម្រាប់ការសិក្សារបស់អ្នកដោយគោរពតាមគោលការណ៍កំណត់គោលដៅ ៥យ៉ាងខាងលើ (ចំនុច "៣.២.១" ដល់ "៣.២.៥")៖

៣.៣.២ គោលដៅសម្រាប់អាជីពការងារ

អ្នកគួរកំណត់គោលដៅការងាររអាជីព ដែលផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងចំណង់ចំណូលចិត្តនិងទេពកោសល្យរបស់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកនៅកំពុងសិក្សានៅថ្នាក់វិទ្យាល័យ ឬ មហាវិទ្យាល័យ អ្នកគួរកំណត់គោលដៅសម្រាប់ការចាប់ផ្តើមការងារវិជ្ជាជីវៈដំបូង ដែលសក្តិសមទៅនឹងសមត្ថភាព និងបទពិសោធន៍របស់អ្នក មានន័យថាចាប់ផ្តើមពីការងារតូចមុននឹងឈានទៅរកការងារធំ ឬមុខតំណែងខ្ពស់ជាបន្តបន្ទាប់។ ការចាប់ផ្តើមពីការងារតូចគឺវាធ្វើអោយអ្នកមានឱកាសដកពិសោធន៍ តាមសម្រួល ឬតាមលំដាប់លំដោយ ប្រៀបបានទៅនឹងការឡើងកាំជណ្តើរចាប់ពីកាំទី១ រួចឈានឡើងទៅកាំទី២ ទី៣ ទី៤ និងទី៥ ជាបន្តបន្ទាប់រហូតដល់គោលដៅចុងក្រោយអញ្ចឹងដែរ។

ការឡើងតាមលំដាប់លំដោយបែបនេះ ធ្វើអោយអ្នកមានពេលគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីពង្រឹងសមត្ថភាពសំខាន់ៗដូចជា របៀបអនុវត្តន៍ការងារ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយនិងសហការីរួមអាជីព និងជាមួយស្ថាប័ន ឬបុគ្គលពាក់ព័ន្ធដទៃទៀតជាពិសេស គឺបានដកពិសោធន៍អំពីរបៀបដោះស្រាយបញ្ហាតូចធំ និងការយកឈ្នះលើការប្រឈមទាំងឡាយ។ បន្ថែមពីនេះអ្នកក៏មានឱកាសដកពិសោធន៍អំពីភាពជាអ្នកដឹកនាំ ចរិតលក្ខណៈរបស់អ្នក

www.elibraryofcambodia.org

គ្រប់គ្រង ការទទួលខុសត្រូវរបស់អ្នកគ្រប់គ្រង របៀបចាត់ចែងគម្រោងការងារ និងគុណសម្បត្តិ ឬជំនាញដទៃទៀត ហើយបទពិសោធន៍ និងជំនាញទាំងនោះឯង ដែលអាចជួយអោយអ្នកបានត្រៀមខ្លួនគ្រប់លក្ខណៈដើម្បីធ្វើជាអ្នកគ្រប់គ្រង ឬអ្នកដឹកនាំស្ថាប័ននៅថ្ងៃខាងមុខ។

ខ្ញុំចាប់ផ្តើមការងារអាជីពដំបូងរបស់ខ្ញុំជា "ជំនួយការការិយាល័យ" នៅក្នុងអង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាលមួយ ដែលនេះ ជាតួនាទីតូចមួយ នៅក្នុងក្របខ័ណ្ឌវិជ្ជាជីវៈនៃស្ថាប័ននោះ។ ដោយមានសមត្ថភាព ការឧស្សាហ៍ព្យាយាម អត្តចរិត និងទេពកោសល្យ ខ្ញុំក៏ត្រូវបានគេដំឡើងឋានៈ និងតួនាទីនៅក្នុងស្ថាប័ននោះ។ ក្នុងរយៈពេលជិត ២០ឆ្នាំបន្ទាប់មក ខ្ញុំបានកាន់តួនាទីសំខាន់ៗ នៅក្នុងស្ថាប័នអន្តជាតិជាច្រើន។

ក្នុងពេលដែលខ្ញុំសរសេរសៀវភៅនេះ ខ្ញុំកំពុងកាន់មុខតំណែងប្រតិបត្តិខ្ពស់ជាងគេបំផុតនៅក្នុងក្រុមហ៊ុន ដែលគេហៅថា "នាយកប្រតិបត្តិ"។

អ្នកត្រូវចងចាំថា ការឡើងកាន់តែខ្ពស់ មានការទទួលខុសត្រូវកាន់តែច្រើន ជួបការប្រឈមមុខកាន់តែច្រើន រីឯបញ្ហាដែលត្រូវដោះស្រាយក៏មានកាន់តែច្រើនដែរ។ ដូច្នេះ ការឆ្លងកាត់បទពិសោធន៍ការងារពីឋានៈតូច ដល់ឋានៈធំ នេះហើយ ដែលធ្វើអោយអ្នកមានសមត្ថភាពពេញលេញ ដើម្បីចាត់ចែង និងដឹកនាំស្ថាប័នអោយទទួលបានជោគជ័យ និងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់។

ប្រសិនបើអ្នកមានការងារអាជីពរួចហើយ គោលដៅរបស់អ្នកគួរតែជាការឡើងឋានៈ និងប្រាក់កម្រៃបៀវត្សន៍ ឬក៏អាចជាគោលដៅបង្កើតស្ថាប័ន ឬក្រុមហ៊ុនដោយខ្លួនឯងមួយ ដែលរូបអ្នកធ្វើជានាយកគ្រប់គ្រង ជាម្ចាស់ក្រុមហ៊ុន ឬគេហៅម្យ៉ាងទៀតថា "ធ្វើថៅកែដោយខ្លួនឯង"។

ការបំលែងខ្លួនពី "អ្នកធ្វើការអោយគេ" ទៅជាអ្នកមានមុខរបរអាជីព ឬធ្វើជាម្ចាស់ការងារដោយខ្លួនឯងនេះជាការប្រពៃមួយសម្រាប់បុគ្គលដែលមានសមត្ថភាព។ នៅពេលដែលយើងមានគោលដៅច្បាស់លាស់ បូករួមជាមួយនឹងសមត្ថភាពរបស់យើង និងការត្រៀមខ្លួនជាមុន ការបំលែងខ្លួនបែបនេះ មិនមានអ្វីដែលពិបាកពេកនោះទេ។ តាម

www.elibraryofcambodia.org

ការផ្សាយសៀវភៅនេះជា eBook បានបង្កើតឡើងដោយ
មូលនិធិខ្មែរសម្រាប់ការសិក្សា និង ករុណាខ្មែរ
ដើម្បីបម្រើប្រយោជន៍ជាសាធារណៈ ដោយមិនគិតកម្រៃ

យើងខ្ញុំជាកូន ខ្វៅ យ៉ាតណៃ, ខ្វៅ សុផល, ខ្វៅ វិសាល, ខ្វៅ រ៉ាមុន, ខ្វៅ ភារាជា, ខ្វៅ ចំរើន និង ខ្វៅ ភារី
បានឧបត្ថមការផ្សាយសៀវភៅនេះជា eBook

ដើម្បីឧទ្ទិសកុសលដល់វិញ្ញាណក្ខន្ធ ឧបាសក ខ្វៅ ពាញ និង ឧបាសិកា ឈរ យឿន

(ឃុំកំពង់ឃ្លាំង ស្រុកជីក្រែង ខេត្តសៀមរាប)

ស្កេនជា eBook ដោយ សៀង ស៊ីវ៉ាន់
ខែមិនា ឆ្នាំ២០១៦
បើលោក លោកស្រី ចង់បានសៀវភៅនេះ ឬអានបន្តទៀត
សូមទិញ ឬជាវពីអ្នកនិពន្ធ
ឬបណ្ណាគាដោយផ្ទាល់ដើម្បីគោរព "រក្សាសិទ្ធ" របស់អ្នកនិពន្ធ។
យើងខ្ញុំ ពុំមានការប្រស្រ័យទាក់ទង ដោយប្រភេទណាមួយជាមួយ
អ្នកនិពន្ធ ឬបណ្ណាគាទេ។

សូមអរគុណ
ខ្វៅ យុនសំរ៉ង
ប្រធានមូលនិធិខ្មែរសម្រាប់ការសិក្សា និង ករុណាខ្មែរ