

តើអ្វីគួរជឿ និងអ្វីមិនគួរជឿ?

ដោយ បណ្ឌិត ឈត ម៉ីនថង អ្នកជំនាញទស្សនវិជ្ជា

ជំនឿគឺជាអ្វីមួយដែលអ្នកទទួលស្គាល់ឬចាត់ទុកថាពិត ទោះបីជាគ្មានភស្តុតាងគ្រប់គ្រាន់ បញ្ជាក់ថាវាជាការណ៍ពិតក៏ដោយ។ វាជាមូលដ្ឋាននៃការសម្រេចចិត្តនិងការប្រព្រឹត្តរបស់អ្នក ហើយវាក៏ជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងមកលើជីវិតនិងជោគវាសនារបស់អ្នកដែរ ទាំងកម្រិតបុគ្គល គ្រួសារ ស្ថាប័ន សហគមន៍ និងសង្គមជាតិទាំងមូល។

ការសម្រេចចិត្តថាត្រូវជឿអ្វីមួយនិងមិនត្រូវជឿអ្វីមួយ គឺជាជំនាញសំខាន់បំផុតមួយក្នុងជីវិត។ មិនមានរូបមន្តល្អឥតខ្ចោះទេ ប៉ុន្តែអ្នកអាចប្រើគោលការណ៍មួយចំនួនដែលធ្វើឱ្យជំនឿរបស់អ្នកកាន់តែគួរឱ្យទុកចិត្ត ប្រាកដនិយម និងមានប្រយោជន៍។

ខាងក្រោមនេះគឺជាការណែនាំសាមញ្ញនិងជាក់ស្តែង៖

ក. អ្វីដែលអ្នកគួរជឿ

១. ព័ត៌មានដែលផ្អែកលើភស្តុតាងគ្រប់គ្រាន់

ចូរអ្នកជឿលើរឿងដែលត្រូវបានគាំទ្រដោយ៖

- ការណ៍ពិត
- ទិន្នន័យ
- ការសង្កេតដែលអាចធ្វើម្តងទៀតបាន
- ប្រភពដែលអាចទុកចិត្តបាន
- ឯកភាពគ្នារបស់អ្នកជំនាញ

ប្រសិនបើប្រភពឯករាជ្យជាច្រើននិយាយរឿងនោះដូចគ្នា វាកាន់តែគួរឱ្យទុកចិត្ត។

២. រឿងដែលស្របនឹងការណ៍ពិតនិងការពិចារណា

ជំនឿល្អ៖

- ស៊ីគ្នាជាមួយអ្វីដែលអ្នកអាចសង្កេតឃើញ
- មិនផ្ទុយនឹងការណ៍ពិតដែលគេដឹងជាទូទៅ
- មានភាពសមហេតុផល

ប្រសិនបើជំនឿមួយតម្រូវឱ្យអ្នកមិនអើពើនឹងតថភាព សូមប្រុងប្រយ័ត្ន។

៣. ជំនឿដែលធ្វើឱ្យអ្នកក្លាយជាមនុស្សកាន់តែប្រសើរ

ជំនឿមួយចំនួនត្រូវបានជ្រើសរើសដោយសារតែវាមានប្រយោជន៍ មិនមែនគ្រាន់តែជាការណ៍ពិតនោះទេ៖

- «ខ្ញុំអាចកែលម្អបានដោយការខិតខំប្រឹងប្រែង»។
- «ខ្ញុំសមនឹងទទួលបានការគោរព»។
- «អ្នកដទៃមានតម្លៃ»។

ជំនឿដែលមានប្រយោជន៍ធ្វើឱ្យអ្នកមានភាពរឹងមាំខាងផ្លូវចិត្ត មានចិត្តអាណិតអាសូរ និងមានការលើកទឹកចិត្ត។

៤. គោលការណ៍នានាដែលផ្អែកលើមូលដ្ឋានខាងសីលធម៌

ជឿលើ៖

- ភាពស្មោះត្រង់
- ភាពយុត្តិធម៌ឬភាពស្មើគ្នា
- ការទទួលខុសត្រូវ
- សេចក្តីសប្បុរស
- ការគោរព

ទាំងអស់នេះជួយណែនាំការសម្រេចចិត្តខាងសីលធម៌ ទោះបីជាការណ៍ពិតមិនច្បាស់លាស់ក៏ដោយ។

៥. ជំនឿដែលអ្នកបានពិនិត្យដោយខ្លួនឯង

ប្រសិនបើអ្នកជឿអ្វីមួយដោយគ្រាន់តែ៖

- «មនុស្សគ្រប់គ្នានិយាយអំពីវា»
- «អ្នកបានឃើញតាំងពីតូចរហូតមកដល់ខ្ញុំពេលនេះ»
- «អ្វីមួយដែលនរណាម្នាក់ដែលអ្នកចូលចិត្តបាននិយាយអំពីវា»

អ្នកប្រហែលជាជឿដោយទម្លាប់ មិនមែនដោយជម្រើសទេ។ ជំនឿល្អគឺជាជំនឿដែលអាចប្រឈមនឹងការសួរដេញដោលបាន។

ខ. អ្វីដែលអ្នកមិនគួរជឿ

១. អំណះអំណាងដែលគ្មានភស្តុតាង

ប្រសិនបើនរណាម្នាក់និយាយអ្វីមួយប្លែកពីធម្មតា ប៉ុន្តែមិនបានផ្តល់ភស្តុតាងគ្រប់គ្រាន់និងរឹងមាំទេ សូមប្រុងប្រយ័ត្ន។

២. រឿងរ៉ាវដែលគ្រាន់តែពឹងផ្អែកតែលើការភ័យខ្លាចឬវេទនារម្មណ៍(ការរំជួលអារម្មណ៍)

ការរំជួលអារម្មណ៍ខ្លាំងពេកអាចធ្វើការវិនិច្ឆ័យមិនមានភាពត្រឹមត្រូវ។

ប្រសិនបើជំនឿមួយហាក់ដូចជាត្រូវបានរចនាឡើងដើម្បីបំភ័យ បំបែកបំបាក់ ឬបោកបញ្ឆោត ជារឿយៗជំនឿបែបនេះមិនគួរឱ្យទុកចិត្តទេ។

៣. ទូទៅនីយកម្មប្រញាប់ប្រញាល់ពេក

ចូរជៀសវាងជំនឿនានាដូចជា៖

- «មនុស្សទាំងអស់គឺបែបនេះ...»
- «គ្មានអ្វីមួយដែលដំណើរការទៅដោយរលូនទេ...»
- «ជាតិសាសន៍មួយនេះសុទ្ធតែអាក្រក់ ជាតិសាសន៍មួយនោះសុទ្ធតែល្អ»

ទាំងនេះគឺជាការគិតស្មាន។ មិនមែនជាសច្ចភាពទេ។

៤. ជំនឿដែលផ្ទុយនឹងខ្លួនវា

ប្រសិនបើជំនឿមួយមិនមានសង្គតិភាពក្នុងខ្លួនវា ឬមិនគោរពតាមតក្កវិជ្ជា ចូរសួរដេញដោលអំពីវា។ ឧទាហរណ៍ ១. ខ្ញុំគ្មានទុកចិត្តនរណាម្នាក់ទេ លើកលែងតែមនុស្សដែលខ្ញុំទុកចិត្ត។ ២.«អ្វីៗទាំងអស់គឺគ្មានសច្ចភាពដាច់ខាតទេ—លើកលែងតែសេចក្តីថ្លែងការណ៍នេះ» (ប្រសិនបើអ្វីៗទាំងអស់គ្មានសច្ចភាពដាច់ខាត នោះសេចក្តីថ្លែងការណ៍ខ្លួនឯងនេះក៏មិនអាចជាការណាពិតទាំងស្រុងដែរ)។

៥. ជំនឿដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នកឬអ្នកដទៃ

ជំនឿខ្លះមានគ្រោះថ្នាក់ ទោះបីជាពួកវាមើលទៅដូចជា មានសុវត្ថិភាព ឬគ្មានការព្រួយបារម្ភណ៍ច្រើនក៏ដោយ៖

- «ខ្ញុំគ្មានតម្លៃ»។
- «ក្រុមរបស់ខ្ញុំល្អជាងអ្នកដទៃ»។
- «ការធ្វើបាបអ្នកដទៃគឺជារឿងត្រឹមត្រូវ ប្រសិនបើខ្ញុំជឿថាខ្ញុំត្រឹមត្រូវ»។

អ្វីក៏ដោយដែលលើកកម្ពស់ការស្អប់ខ្ពើម ភាពអស់សង្ឃឹម ឬការបំផ្លាញខ្លួនឯង ចូរបោះបង់វាចោលទៅ។

គ. ការសាកល្បងសាមញ្ញមួយតាមរយៈសំណួរចំនួន៤

មុននឹងជឿអ្វីមួយ សូមសួរថា៖

១. ភស្តុតាង៖ តើអ្វីគាំទ្ររឿងនេះ?
២. ប្រភព៖ តើអ្នកណាកំពុងប្រាប់ខ្ញុំរឿងនេះ ហើយហេតុអ្វី?

៣. តក់វិជ្ជា៖ តើវាសមហេតុផលដែរឬទេ?

៤. ផលប៉ះពាល់៖ តើជំនឿនេះនឹងជួយអ្នកឬបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នក?

ប្រសិនបើវាមិនបានឆ្លើយតបជាវិជ្ជាមានក្នុងការសាកល្បងនេះទេ ចូរកុំទាន់ទទួលយកវាឱ្យសោះ ប្រយ័ត្នគ្រោះថ្នាក់ដល់អ្នក គ្រួសារ សហគមន៍ សង្គម និងជាតិរបស់អ្នក។

