

# សំណួរ និងចម្លើយ

## អំពីអ្នកញៀនស្រាអនាមិក



អេ.អេមានតាំងពីឆ្នាំ១៩៣៥មកម្ល៉េះ មានមនុស្សរាប់លាននាក់បានលឺពីសមាគមអ្នកញៀនស្រាអនាមិកមួយនេះ។ មានអ្នកខ្លះដឹងច្បាស់ថា អេ.អេ អាចជួយអ្នកញៀនស្រា និងអ្នកមានបញ្ហាដោយសារស្រាប្រាប់ម៉ឺននាក់ឲ្យជាសះស្បើយឡើងវិញបាន។ ហើយក៏មានអ្នកខ្លះស្គាល់ អេ.អេ ទាំងស្រពិចស្រពិលថា អេ.អេ គ្រាន់តែជាសមាគមមួយប៉ុន្តែគេមិនដឹងច្បាស់ពីអេ.អេមានកម្មវិធីអ្វីខ្លះនោះទេ។ តាមរយៈកូនសៀវភៅដ៏ស្តើងមួយនេះត្រូវបានគេតាក់តែងឡើងសំរាប់ជួយដល់អ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍ ចង់ដឹង ចង់ស្គាល់ ចង់យល់ និងយកមកអនុវត្តដើម្បីជួយដល់ខ្លួនឯង មិត្តភក្តិ សាច់ញាតិ និងអ្នក ឯទៀតដែលចង់ស្គាល់ពីសមាគម អេ.អេឲ្យកាន់តែច្បាស់។ នៅទំព័របន្ទាប់ មានសំណួរចម្លើយជាក់លាក់យ៉ាងច្រើនដែលគេធ្លាប់សួរពីមុន។ ហើយចម្លើយទាំងអស់នេះក្លាយជាដំណើររឿងរបស់សង្គមមនុស្ស របស់ក្រុមបុរស និង ស្ត្រីដែលមិនមានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយនឹងអ្នកផ្សេង ហើយអ្វីដែលសំខាន់នោះគឺជួយខ្លួនឯងឲ្យរស់នៅឆ្ងាយពីស្រា និងជួយអ្នកញៀនស្រាឯទៀតដែលមានបញ្ហានឹងស្រាដែរ។

បុរស និងស្ត្រីរាប់ពាន់អ្នកចូល អេ.អេ ជាច្រើនឆ្នាំមិនមែនដោយសារការមើលឃើញប្រយោជន៍ពីអ្នកដទៃទេ។ ហើយពួកគេយកចិត្តទុកដាក់ និងស្ម័គ្រចិត្តជួយបង្កើនអ្នកញៀនស្រាឯទៀត។ ការជួយអ្នកដទៃក៏ដូចជាជួយខ្លួនឯងឲ្យដាច់ស្រឡះពីភាពញៀនស្រាដែរ។

**ការញៀនស្រា និង អ្នកញៀនស្រា** ពីមុនគេចាត់ទុកការញៀនស្រាគឺជាបញ្ហាខាងសីលធម៌ ប៉ុន្តែសព្វថ្ងៃនេះគេច្រើនតែចាត់ទុកការនេះជាបញ្ហាខាងសុខភាពរាងកាយ។ ប៉ុន្តែហេតុដែលធ្វើឲ្យពួកគេក្លាយជាអ្នកញៀនស្រាខ្លាំងក៏ព្រោះតែពួកគេមានបញ្ហាផ្ទាល់ខ្លួនយ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរ។ អ្នកញៀនស្រាដែលរត់មករក អេ.អេ ច្រើនតែសួរពីបទពិសោធន៍ក្នុងការភ័យខ្លាច និងចង់ស្វែងរកសេចក្តីសង្ឃឹមមួយដើម្បីរស់នៅឲ្យបានប្រសើរឡើងវិញក្នុងជីវិតនេះ។

**១. ការញៀនស្រាគឺជាអ្វី?**

មានការយល់ឃើញខុសៗគ្នា ពីអត្ថន័យនៃការញៀនស្រា។ សមាជិក អេ.អេ ភាគច្រើនហាក់ដូចជាយល់ស្របនឹងសេចក្តីពន្យល់ថា “ការញៀនស្រាគឺជា ជម្ងឺដំរីវ៉ែមួយដែលមិនអាចព្យាបាលឲ្យជាសះស្បើយបាន ប៉ុន្តែគេអាចទប់ស្កាត់បានដូចជម្ងឺដទៃទៀតដែរ”។ បើយើងគិតឲ្យស៊ីជំរៅជាងនេះបន្តិច ចំពោះសមាជិក អេ.អេ ភាគច្រើនជឿថាជម្ងឺនេះមានកាដុំគ្នាឡើងជា២ផ្នែក៖ ១.មកពីរូបរាងកាយធ្វើឲ្យមានប្រតិកម្ម ២.មកពីខួរក្បាលដក់ជាប់នឹកឃើញតែស្រារហូត ទោះបីជាឃើញពីផលអាក្រក់ក៏ដោយ ដូចពាក្យចាស់ពោលថា “ដឹងថាភ្លើងក្តៅហើយនៅតែលូក”។ ម្យ៉ាងទៀតយើងមិនអាចពឹងផ្អែកលើឆន្ទៈខ្លួនឯងតែមួយមុខដើម្បីផ្តាច់ស្រាបានទេ។ មានអ្នកញៀនស្រាជាច្រើននាក់ដែលមិនអាចបញ្ឈប់ការផឹករបស់ខ្លួនបានមុននឹងចូល អេ.អេ។ ពេលនោះពួកភ្នាក់វលឹកថា ការផ្តាច់ស្រាតែម្នាក់ឯងមានកំលាំងចិត្តខ្សោយ ហើយពេលខ្លះគេចាត់ទុកខ្លួនឯងដូចជាមនុស្សឆ្លងកាត់អីប៊ីដ។ អេ.អេគិតថាអ្នកញៀនស្រា គឺជាអ្នកជម្ងឺម្នាក់ដែលអាចជាដូចដើមវិញ បើគេធ្វើតាមកម្មវិធី អេ.អេដោយស្មោះអស់ពីចិត្ត។ ឥឡូវនេះមានមនុស្សរាប់លាននាក់ហើយដែលបានជាសះស្បើយ ពួកគេសុទ្ធតែទទួលជោគជ័យ និងមានស្ថេរភាពក្នុងការផ្តាច់ស្រាជាមួយនឹងគោលការណ៍របស់ អេ.អេ។

ការញៀនស្រារបស់មនុស្សម្នាក់ យើងរាប់ថាជាជម្ងឺមួយ។ ហើយការញៀនស្រាមិនខុសសីលធម៌អ្វីទេ។ ពេលអ្នកញៀនស្រាម្នាក់ស្ថិតក្នុងកំរិតធ្ងន់ហើយ ឆន្ទៈរបស់គាត់មិនមានឥទ្ធិពលឡើយ ពីព្រោះគាត់បានក្លាយជាអ្នកជំងឺម្នាក់ដែលគ្មានជំរើសណាមួយក្រៅពីផឹកស្រាទេ។ អ្វីដែលសំខាន់ចំពោះគាត់ គឺព្រមសារភាពទទួលយកការពិតថាខ្លួនមានជម្ងឺ ហើយត្រូវការជំនួយពី អេ.អេ និងចាំបាច់ត្រូវតែមានបំណងចង់ជាសះស្បើយពីការញៀនស្រា។ តាមការដកពិសោធន៍របស់យើងបានបង្ហាញឲ្យដឹងថាកម្មវិធី អេ.អេមានប្រសិទ្ធិភាពចំពោះអ្នកញៀនស្រាទាំងឡាយណាដែលស្មោះអស់ពីចិត្ត ហើយខិតខំចង់ឈប់ផឹក ប៉ុន្តែអេ.អេគ្មានប្រសិទ្ធិភាព ចំពោះអស់អ្នកណាដែលមិនប្រាកដប្រជាថា ខ្លួនចង់ឈប់ផឹក ឬអត់។

**២. ធ្វើយ៉ាងម៉េចទើបខ្ញុំដឹងថាខ្ញុំជាអ្នកញៀនស្រាមែន?**

មានតែខ្លួនអ្នកទេដែលដឹង និងអាចឆ្លើយសំណួរខាងលើនេះបាន។ អតីតកាលអ្នកញៀនស្រាមុនពេលពួកគេចូល អេ.អេ ធ្លាប់មានពួកម៉ាកជាអ្នកផឹកដូចគ្នាបានផ្តល់អនុសាសទៅគេថា៖ “ឯងមិនញៀនស្រាទេ ឯងគ្រាន់តែត្រូវការការព្យាយាមឲ្យខ្លាំងជាងនេះបន្តិច ឬផ្លាស់ប្តូរហិរិយាកាស និងទៅសំរាកឲ្យបានច្រើនជាងនេះដើម្បីគ្រប់គ្រងលើការផឹកស្រាបាន។ ទោះបីជាមិត្តយើងបានទទួលអនុសាសទាំងនេះហើយក៏ដោយ ក៏មិត្តយើងនៅតែរត់មករកអេ.អេឲ្យជួយ ដោយសារតែមិត្តយើងដឹងថា ខ្លួនគេបានខ្លាយជាទាសកររបស់ស្រា ហើយត្រូវតែបើកចិត្តចំហរសាកល្បងវិធីអ្វីក៏ដោយឲ្យតែទទួលបាននូវសេរីភាពដែលអាចចេញពីការញៀនស្រាបាន។

អេ.អេទាំងបុរស និងស្ត្រីសុទ្ធតែធ្លាប់ឆ្លងកាត់នូវបទពិសោធន៍ដ៏ល្ងង់ដូចតំជាមួយនឹងស្រា មុនយើងសារភាពទទួលស្គាល់ថា “ស្រាពិតជាឲ្យទុក្ខទោសដល់យើងមែន”។ ពេលខ្លះយើងឆ្លៀតឱកាសបោកបន្លំចៅហ្វាយកិបកេងពី

ក្រុមហ៊ុន និងធ្វើបាបដល់គ្រួសារទៀត។ ហើយក៏គ្មានអ្នកណាចង់រាប់រក ចង់ពីងពាក់ និងទុកចិត្តលើយើង ទៀតដែរ។ យើងមិនត្រឹមតែបំផ្លាញទ្រព្យសម្បត្តិ និងទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងអ្នកនៅជិតខ្លួនតែប៉ុណ្ណោះទេ ថែមទាំង ធ្វើឲ្យខ្លួនឯងបាត់បង់សម្ភារៈក្នុងការគិត ដោយបំពុលទាំងខ្លួនឯង ទាំងផ្លូវចិត្ត និងវិញ្ញាណឲ្យល្អក់កករដែរ។ មិត្តយើងចាប់ផ្តើមភ្ញាក់ដឹងខ្លួនខ្លះៗពីការញៀនស្រា គឺជាបញ្ហាមួយដែលចេះតែធ្ងន់ធ្ងរទៅៗ ហើយការនេះបាន បំភ័យឲ្យមិត្តយើងឲ្យរត់មករក អេ.អេ មុនពេលពួកគេដួលធ្លាក់ដល់ប្រគល់។

នៅ អេ.អេ យើងរាប់ថា “អ្នកញៀន និងអ្នកអត់ញៀន អត់មានអ្នកញៀនតិចៗទេ”។ ហើយមានតែយើង ខ្លួនឯងទេដែលដឹង និងអាចនិយាយបានថា “ស្រាបានក្លាយទៅជាបញ្ហាមួយដែលយើងមិនអាចគ្រប់គ្រងលើវា បាន”ឬ “ស្រាបានក្លាយជាចៅហ្វាយរបស់យើង”។

**៣. តើអ្នកញៀនស្រាអាចផឹកធម្មតាឡើងវិញបានទេ ?**

តាមការសង្កេតរបស់យើងតាំងពីមុនមករហូតមកដល់ឥឡូវនេះ អ្នកដែលធ្លាប់ញៀនស្រាហើយមិនអាច ត្រឡប់ទៅផឹកមួយ ឬពីរកំប៉ុងដូចគេធម្មតាបានទេ ។ អ្នកញៀនស្រាខ្លះគិតថា គាត់តម្រូវឲ្យផឹកស្រាបាន១ខែ ឬ២ខែ ឬ១ឆ្នាំហើយ គាត់រាប់ខ្លួនឯងថា គាត់មិនមែនជាអ្នកញៀនស្រាទេ ហើយគាត់អាចទៅផឹកដូចអ្នកធម្មតាបាន ប៉ុន្តែការគិតបែបនេះមិនត្រូវទេ។ មានអ្នកញៀនភាគតិចគិតថា “ខ្ញុំគ្រាន់តែចង់ផឹក មិនមានចេតនាបង្កឲ្យមាន បញ្ហាដល់អ្នកណាទេ” ប៉ុន្តែលទ្ធផលពីការផឹកនេះ គឺជាដើមហេតុក្នុងការបង្កឲ្យមានបញ្ហាជាច្រើនកើតឡើង ។

ក្រោយពីឈប់ផឹកមួយរយៈ អ្នកញៀនស្រាអាចស្មានថា អាចទៅផឹកស្រាបៀរ ឬស្រាស្រាលៗក៏បាន វាមិនអីទេ!។ ការនេះអាចនាំឲ្យគេយល់ច្រឡំថា គេអាចដាក់មួយតយដើម្បីឲ្យបាយឆ្ងាញ់ ប៉ុន្តែសំរាប់អ្នកញៀន វិញ្ញាណវាជារឿងផ្សេង ការដាក់មួយតយប្រៀបដូចជាការទាក់មួយ ទោះបីគាត់ខំដាក់កំហិតខ្លួនឯងថា ផឹកតែបន្តិចបន្តួច ឬផឹកនៅពេលតែមានភ្លៀវក៏ដោយ មិនយូរប៉ុន្មានទេគេនឹងផឹកច្រើនដូចមុនវិញ ។

យោងតាមការពិសោធន៍របស់ អេ.អេ សំរាប់អ្នកញៀន គឺមិនអាចទប់ស្កាត់ខ្លួនឯងដោយអត់ផឹកស្រាឲ្យបាន មួយរយៈ។ អ្នកញៀនស្រាមានតែផ្លូវពីរប៉ុណ្ណោះ ១គឺចេះតែផឹកច្រើនឡើងៗរហូតដល់ទទួលបានលទ្ធផលអាក្រក់ ២ឈប់ផឹកទាំងស្រុង ហើយស្ថាបនាជីវិតថ្មីដោយឥតស្រវឹង ។

**៤. តើសមាជិក អេ.អេ គ្រាន់តែផឹកស្រាខ្សោយៗក៏មិនបានដែរឬ ?**

នៅ អេ.អេ យើងប្រាកដណាស់ថា គ្មានអ្នកណាត្រូវគេបង្ខំមិនឲ្យធ្វើអ្វីទេ អ្នកអាចធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងតាមតែ អ្នកចង់ធ្វើ ហើយក៏គ្មានអ្នកណាទៅឆែកមើលថាអ្នកផឹកឬក៏មិនផឹកនោះដែរ។ ចម្លើយនៃសំណួរខាងលើនេះ គឺចំពោះអ្នកញៀនស្រាមិនអាចប្រថុយទៅប៉ះពាល់ស្រា មិនថាស្រានោះមានជាតិអាកុលតិចឬច្រើនក៏ដោយ។ ស្រា គឺស្រា មិនថាស្រាប្រភេទណាម៉ាកណា អាកុលតិច ឬច្រើន ឬជាប្រភេទស្រាថ្នាំ ឬផឹកលាយទឹក ឬលាយស្ករ ជា នោះទេក៏នៅតែជាស្រា។ ចំពោះអ្នកញៀនស្រាទោះបីភេសជ្ជៈនោះមានជាតិស្រាតិចឬច្រើនក៏ដោយផឹកមួយតយ

ដូចជាច្រើនពេក តែដឹកច្រើនតយហើយនៅតែមិនគ្រប់។ ដូចមានពាក្យស្លោកមួយគេនិយាយថា “ដាក់មួយវា មិនគ្រាន់ ដាក់មួយពាន់នៅតែមិនគ្រប់”។

ដើម្បីអាចរក្សាភាពប្រក្រតីបាន អ្នកញៀនស្រាត្រូវតែចេញឲ្យឆ្ងាយពីស្រា មិនថាស្រាប្រភេទណានោះទេ។ អ្នកញៀនស្រា និងអ្នកឯទៀតដឹងច្បាស់ណាស់ថា ដឹកតែមួយ ឬពីរកំប៉ុងវាមិនអាចធ្វើឲ្យស្រវឹងបានទេ។ អីចឹងអ្នកញៀនស្រាអាចតាំងចិត្តដោយខ្លួនឯងបានថា ដឹកតែពីរឬបីទៅបានហើយនៅថ្ងៃនេះ ឬប៉ុន្មានថ្ងៃក្រោយ។ ហើយគាត់អាចបន្តដឹកតាមរបៀបនេះបាន ប៉ុន្តែនៅថ្ងៃណាមួយ គាត់នឹងគិតថាគាត់អាចបន្ថែមការដឹករបស់ គាត់បន្តិច វាមិនជាអ្វីទេ។ គាត់ចេះតែបន្ថែមការដឹករបស់គាត់រហូតពីស្រាខ្សោយទៅស្រាខ្លាំង(វីស្តី ឬស្រាសរ..) ហើយត្រឡប់ទៅដឹកខ្លាំងដូចមុនវិញ។

**៥. ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវការ អេ.អេ បើខ្ញុំគ្រាន់តែដឹកហួសប្រមាណ(ដឹកផ្តាច់មុខ)ម្តងម្កាល ហើយអាចរក្សាភាពប្រក្រតីបាន ពីរ ឬបីអាទិត្យដែរនោះ?**

សមាជិក អេ.អេ ភាគច្រើននឹងប្រាប់ថា ដើម្បីអាចឲ្យអ្នកដឹងខ្លួនឯងថា អ្នកជាអ្នកញៀនស្រាមែនឬមិនមែន សុំមើលទៅលើការដឹករបស់អ្នក មិនមែនមើលទៅលើភាពញឹកញាប់នៃការដឹករបស់អ្នកទេ។ មានអ្នកដឹកខ្លះ អាចផ្តាច់បានប៉ុន្មានអាទិត្យ ប៉ុន្មានខែ ឬប៉ុន្មានឆ្នាំមុនគេត្រឡប់ទៅដឹកវិញ។

នៅក្រោយពេលអ្នកញៀនស្រាស្វាងពីការដឹកច្រើនហើយ ពេលខ្លះគាត់អត់នឹកនាពីស្រាទេ (គាត់ឆ្កែតស្រា មួយពេលហើយ) គាត់មិនខ្វល់ថាមានស្រាឬអត់ស្រាទេពេលនេះ។ តែនៅថ្ងៃណាមួយ ស្រាប់តែគាត់ដាក់មួយ តយដោយអត់ដឹងខ្លួន នេះជាហេតុដែលនាំឲ្យគាត់បន្តខ្លួនក្នុងការបន្តដឹករហូតច្រើនទៅៗ រហូតដល់ចេះព្រងើយ កន្តើយនឹងគ្រួសារ ព្រមទាំងបាត់បង់សមត្ថភាពក្នុងការទទួលខុសត្រូវជាមួយមនុស្សនៅជុំវិញខ្លួន និងសង្គម។ គាត់ដឹកហួសប្រមាណ(ដឹកផ្តាច់មុខ)បែបនេះអាចតែមួយយប់ ឬតែពីរថ្ងៃ ប៉ុណ្ណោះ។ ក្រោយពីគាត់ស្វាងហើយ គាត់ច្រើនតែមានអារម្មណ៍អស់កំលាំង និងស្តាយក្រោយ ហើយគាត់សំរេចចិត្តថាមិនឲ្យការនេះកើតឡើងម្តង ទៀតទេ។ ប៉ុន្តែការណ៍នេះនៅតែកើតឡើងដដែលៗ។ អីចឹងអ្នកញៀនស្រាប្រភេទនេះ គេរាប់ថាជាអ្នកញៀន ស្រាផ្តាច់មុខម្តងម្កាល។

អ្នកញៀនស្រាបែបនេះ ទាំងសាមីខ្លួនអ្នកដឹក និងអ្នកមិនដឹក គេច្ងល់ថា គាត់អាចទប់ស្កាត់អត់ដឹក បានប៉ុន្មានអាទិត្យដែរ តែហេតុអ្វីគាត់មិនអាចទប់អារម្មណ៍បាននៅពេលគាត់ចង់ដឹកប៉ុន្មានអាទិត្យក្រោយនោះ ហើយនឹងនៅពេលដឹក ហេតុអ្វីគាត់មិនអាចគ្រប់គ្រងលើការដឹករបស់គាត់បានអីចឹង?

អ្នកដឹកបែបនេះ តើគាត់ជាអ្នកញៀនស្រាទេ? តែបើការដឹករបស់គាត់មិនអាចគ្រប់បានហើយ និងកំឡុងពេលដែលគាត់ស្វាងពីការដឹកផ្តាច់មុខនោះចេះតែមានរយៈពេលតិចជាងមុន នោះប្រហែលជាដល់ពេល ដែលគាត់ត្រូវតែប្រឈមមុខ និងសារភាពថាគាត់ជាអ្នកញៀនស្រាមែនហើយ។ ប្រសិនបើគាត់ត្រៀមសារភាពថា



គាត់ជាអ្នកញៀនស្រាហើយ មានន័យថាគាត់ចាប់ផ្តើមចូលជំហានទី១ និងគិតពីការចូលរួមជាមួយនិង អេ.អេ ហើយដកពិសោធន៍ពីភាពប្រក្រតីដូច អេ.អេរាប់ពាន់នាក់បានភ្នក់ និងមានបទពិសោធន៍រួចមកហើយ ។

**៦. អ្នកឯទៀតថា ខ្ញុំមិនមែនជាអ្នកញៀនស្រាទេ តែការផឹកស្រារបស់ខ្ញុំកាន់តែច្រើនជាងមុន ។ តើខ្ញុំត្រូវចូលជា សមាជិក អេ.អេដែរឬទេ ?**

សមាជិក អេ.អេ ជាច្រើនអ្នកបាននិយាយពីអតីតកាលនៃការផឹករបស់ពួកគេ ហើយមានមនុស្សជា ច្រើនដូចជា សាច់ញាតិ មិត្តភក្តិ និងវេជ្ជបណ្ឌិតបានប្រាប់គេយ៉ាងច្បាស់ថា “អ្នកមិនមែនជាអ្នកញៀនស្រាទេ” ។ ពាក្យនេះកាន់តែធ្វើឲ្យគាត់មានភាពស្មុគស្មាញក្នុងការបើកចិត្ត និងមានចេតនាមិនទទួលស្គាល់ការពិតក្នុងការផឹក របស់គាត់ ។ អ្នកញៀនស្រាតែងតែធ្វើឲ្យវេជ្ជបណ្ឌិតឈឺក្បាល ពិបាកក្នុងការជួយគាត់ ពីព្រោះពួកគេតែងតែកុហក មានលេះ និយាយលាក់លាម និងមានភាពភ័យខ្លាចច្រើនជាងដើម ។ វាក្មេងៗភ្នាក់ផ្តើមដែរថា ហេតុអ្វីបានជា ពួកគេធ្វើអីចឹង ? ហេតុអ្វីបានជាពួកគេមានពុត មិនស្មោះត្រង់ ដែលជាហេតុនាំឲ្យគ្រូពេទ្យពិបាកក្នុងការវិនិច្ឆ័យរោគ និងផ្តល់អនុសាសន៍ត្រឹមត្រូវដល់ពួកគេណាស់ ។

នៅពេលណាគាត់ឆ្ងល់ពីការផឹករបស់គាត់ ហើយគាត់បានសួរខ្លួនឯងថា តើខ្ញុំជាអ្នកញៀនស្រាមែន ឬមិនមែន ? សំណួរនេះមានតែអ្នកញៀនខ្លួនឯងទេដែលអាចឆ្លើយបាន មិនមានវេជ្ជបណ្ឌិត គ្រួសារ មិត្តភក្តិ ឬអ្នកណាផ្សេងអាចដឹងនិងឆ្លើយសំណួរនេះបានទេ មានតែខ្លួនគាត់ផ្ទាល់ទើបដឹង ។ តែបើគាត់បានឆ្លើយថា “ខ្ញុំជាអ្នកញៀនស្រាមែន” នោះមានន័យថាគាត់យកឈ្នះបានពាក់កណ្តាលហើយ ។ តែបើសំណួរនេះទុកឲ្យអ្នក ផ្សេងឆ្លើយជំនួសអ្នកញៀនផ្ទាល់ នោះមានន័យថា យើងនៅតែបន្តឲ្យគាត់បង្កគ្រោះមហន្តរាយទៀត ដែលបណ្តាល មកពីការផឹករបស់គាត់ ដែលមិនអាចទប់ស្កាត់បាន ។

**៧. តើមានអ្នកណាម្នាក់អាចទទួលភាពប្រក្រតីដោយគ្រាន់តែអានសៀវភៅ អេ.អេ ទេ ?**

មានអ្នកខ្លះបានឈប់ផឹកក្រោយពីអានសៀវភៅ “អ្នកញៀនស្រាអាសាមិក” ដែលជាសៀវភៅធំរបស់ អេ.អេ ។ នៅក្នុងសៀវភៅមានចុះគោលការណ៍ចាំបាច់នៃកម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀន ។ មិនយូរប៉ុន្មានក្រោយពីការអាន ពួកគេភាគច្រើនបានមករកអ្នកដែលទទួលប្រក្រតីភាពពីការញៀនស្រាដើម្បីប្តូរបទពិសោធន៍ និងជជែកអំពីភាពប្រក្រតីឡើងវិញក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ ។

កម្មវិធី អេ.អេ មានសកម្មភាពជាក្រុម ជាសង្គម ដែលពឹងផ្អែកគ្នាទៅវិញទៅមកដើម្បីទទួលប្រក្រតីភាព ។ ការប្រាស្រ័យទាក់ទងនឹងអ្នកញៀនស្រាឯទៀតក្នុងក្រុម អេ.អេ ឬ នៅតាមតំបន់ផ្សេងៗ អាចឲ្យយើងដឹងថែមទៀត អំពីបញ្ហារបស់ខ្លួននិងរបៀបដោះស្រាយផងដែរ ។ នៅពេលដែលយើងជួបនឹងអ្នកដែលធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ និងមានបញ្ហាដូចយើងដែលប្រក្រតីហើយ នោះនឹងធ្វើឲ្យយើងទទួលបាននូវសេចក្តីសង្ឃឹមថ្មីឡើយវិញ លែងមាន អារម្មណ៍កំសត់ ឬឯកោដែលនាំឲ្យយើងរត់ទៅរកការផឹកស្រាឡើងវិញទៀតហើយ ។

៨. តើគេដឹកថាខ្ញុំជាអ្នកញៀនស្រាទេ បើខ្ញុំចូល អេ.អេ?

តាំងពីកើតមហាជនដល់ទីបំផុត ភាពជាអនាមិក(មិនបញ្ចេញឈ្មោះ)នៅតែជាមូលដ្ឋានគ្រឹះនៃកម្មវិធី អេ.អេ ជានិច្ច។ មិត្តយើងភាគច្រើនក្រោយពីបានចូលជាសមាជិក អេ.អេ មួយរយៈក្តី រយៈពេលយូរហើយក្តី ពួកគេ លែងខ្វល់ពីអ្នកណាដឹង ឬមិនដឹងពីការចូលសមាគមមិត្តភាពដែលអាចជួយឲ្យគេទទួលបានភាពប្រក្រតីឡើងវិញនេះ ដែរ។ តាមប្រពៃណី អេ.អេ មិនត្រូវបង្ហាញព័ត៌មាន តាមទូរទស្សន៍ ឬប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយសាធារណៈណាមួយពី សមាគម អេ.អេ ហើយក៏គ្មានសិទ្ធក្នុងការបង្ហាញពីអត្តសញ្ញាណសមាជិកណាម្នាក់ដែរ។

នេះមានន័យថា អ្នកចំណូលថ្មី អេ.អេ មានសុវត្ថិភាពនិងមានការធានាថា មិនមានមិត្តយើងណាម្នាក់នាំ រឿងអាថ៌កំបាំងយើងទៅខាងក្រៅទេ។ សមាជិកចាស់ក្នុងក្រុមដឹងពីចិត្តអ្នកចំណូលថ្មី ពីព្រោះគេក៏ធ្លាប់ខ្លាចគេ ដឹងជាសាធារណៈដែរថា ”ខ្លួនជាអ្នកញៀនស្រា” គឺជាពាក្យដែលមិនចង់ឲ្យអ្នកផ្សេងដឹងទេ។ ពេលអ្នកចំណូលថ្មី អេ.អេ ចូលដំបូងគេខ្លាចអ្នកផ្សេងដឹង តែពេលគេចូលបានយូរបន្តិច និងទទួលបានភាពប្រក្រតីហើយ គេលែងខ្លាច និងលែងខ្វល់នឹងអ្នកនៅជុំវិញខ្លួនដឹងឬមិនដឹងទៀតហើយ ព្រោះគេផ្តាច់ស្រាបានហើយ។ បើសិនយើងរំលឹករឿង ទើបតែចូលអេ.អេដំបូងវិញ វាក៏ខ្លាចអស់សំណើចបន្តិច ពេលនោះ ហេតុអ្វីបានជាយើងខ្លាច ព្រោះអីវាជា ការល្អសោះ។ ចំពោះយើងជាអ្នកញៀនស្រា និងការទទួលបានភាពប្រក្រតីឡើងវិញបាន បើយើងមិនប្រាប់ក៏គេដឹង យ៉ាងឆាប់រហ័សដែរ វាមិនមែនជារឿងដែលអាចកំបាំងទេ កុំទៅគិតច្រើន និងកុំរាប់វាថាជារឿងប្លែកអីដែលមានគេ ដឹងឬមិនដឹងនោះ។ ពីព្រោះអ្នកញៀនភាគច្រើនសុទ្ធតែលឿងថាជាអ្នកដឹកដែលមានបញ្ហាជាមួយស្រាខ្លាំងណាស់ មុនគេងាកមករក អេ.អេ។ ក្នុងករណីខ្លះអ្នកញៀនស្រាភាគតិចអាចលាក់មិនឲ្យគេដឹងបាន ប៉ុន្តែអ្នកញៀនភាគ ច្រើនមិនអាចលាក់គេទេ ផ្ទុយទៅវិញបើគេឃើញអ្នកញៀនស្រាបានប្រែចិត្តឡើងវិញ វាក៏ជាព័ត៌មានល្អដែលគឺអាច ដឹងតៗគ្នាយ៉ាងលឿនដែរ។

ក្នុងកាលទេសៈណាក៏ដោយ យើងក៏មិនត្រូវឲ្យបែកធ្លាយព័ត៌មានពីអ្នកចំណូលថ្មីទៅខាងក្រៅដែរ មានតែ ខ្លួនគាត់ផ្ទាល់ទេដែលអាចនិយាយបាន តែសុំកុំនិយាយឲ្យប៉ះពាល់ដល់កេរ្តិ៍ឈ្មោះក្រុមនិងសមាជិកដទៃទៀត និងសូម រក្សាសិទ្ធិឲ្យនៅតែក្នុងក្រុម។

៩. ឲ្យខ្ញុំមិនដឹកម្តេចនឹងបាន បើខ្ញុំធ្វើការជាមួយសង្គមជាច្រើន?

សព្វថ្ងៃនេះគេទទួលស្គាល់ថាការដឹកស៊ី គឺជាការបង្កើតទំនាក់ទំនងមួយក្នុងការធ្វើជំនួញ។ ដើម្បីឲ្យមាន ទំនាក់ទំនង និងទាក់ទាញអតិថិជនគេប្រើតែជួបគ្នាស៊ីដឹកនៅតាមបារ បៀរហ្គាឌិន ហាង ឬភោជនីដ្ឋានជាដើម។ ហើយសមាជិកអេ.អេ យើងមួយចំនួនពីមុនក៏ធ្លាប់សំរេចកិច្ចការរបស់គេបានក្នុងការរកអតិថិជនតាមទម្លាប់មួយ នេះដែរ។ ក្រោយមកពួកគេបានភ្ញាក់ផ្អើល ដោយដឹងថាកិច្ចការជាច្រើនអាចសំរេចបានល្អជាងដោយគ្មានស្រា។ ហើយក៏មានអ្នកញៀនស្រាជាច្រើនក៏ភ្ញាក់ផ្អើលដែរ នៅពេលគេដឹងថា ការដឹកនាំទាំងផ្នែកពាណិជ្ជកម្ម ឧស្សាហកម្ម អាជីវកម្ម និងវិចិត្រសិល្បៈរបស់គេទទួលជោគជ័យដោយមិនពឹងផ្អែកលើស្រា។

តាមសមាជិក អេ.អេ យើងដែលទទួលបានប្រក្រតីឡើងវិញហើយ បានសារភាពថាកាលពីមុន ការទាក់ទងក្នុងការរកស៊ីជាលេសមួយក្នុងលេសជាច្រើនគ្រប់តែដើម្បីដឹកប៉ុណ្ណោះ។ ឥឡូវនេះពួកគេដឹងហើយថា កិច្ចការជាច្រើនអាចសំរេចបានល្អជាងមុន ដោយសារការឈប់ដឹក។ ភាពប្រក្រតីមិនមែនជាឧបសគ្គទេក្នុង ការរកមិត្ត ហើយវាមានអនុភាពអាចជួយឲ្យគេទទួលបានជោគជ័យក្នុងការរកអតិថិជន និងមុខរបរចិញ្ចឹមជីវិតរបស់ ពួកគេផងដែរ។ ការឈប់ដឹកមិនមែនមានន័យថា ដាច់ចេញពីមិត្តភក្តិ និងដៃគូរកស៊ីដែលចេះដឹកស្រាភ្លាមៗ នោះទេ។ បើពួកគេពិសោធន៍ពេលជួបគ្នា យើងអាចពិសារភេសជ្ជៈធម្មតាៗបាន។ បើមានគេអញ្ជើញយើងចូលរួម កម្មវិធីស៊ីដឹកកុំស្លាក់ស្ទើរអីនឹងទៅ។ តាមពិតអ្នកញៀនស្រានិងអ្នកដឹកផ្សេងទៀត គេខ្វល់តែពីស្រារបស់គេទេ គេមិនខ្វល់ពីអ្នកណាដឹកអីក៏ដឹកទៅ។ សមាជិកថ្មីដែលចូលរួមជាមួយកម្មវិធីអេ.អេហើយ គេចាប់ផ្តើមពេញ ចិត្តនឹងគុណភាព និងបរិមាណនៃការងារដែលពួកគេទទួលបាន ជាលទ្ធផលល្អចេញមកពីការប្រើសមត្ថភាព និង កំលាំងខ្លួនឯងផ្ទាល់។ ពីព្រោះកាលនៅដឹកគាត់អត់ដែលឃើញ និងទទួលបានលទ្ធផលបែបហ្នឹងទេ។ ចំពោះអ្នកញៀន ស្រាគេចេះតែដឹក និងចេះតែនិយាយតាប៉ែ បែកអូហូស្ទឹង វាមិនមានប្រសិទ្ធភាពប៉ុន្មានទេក្នុងការទាក់ទាញ អតិថិជន។

**១០. តើ អេ.អេ នឹងមានប្រសិទ្ធភាពចំពោះអ្នកដែលធ្លាក់ជួលដល់ប្រតិបត្តិដែរឬទេ ?**

យើងឃើញថា អេ.អេ មានប្រសិទ្ធភាពចំពោះមនុស្សសឹងតែគ្រប់គ្នា ឲ្យតែគេប្រាកដថាចង់ឈប់ដឹក មិនថា អ្នកនោះមានឋានៈអ្វី មិនថាអ្នកមានឬអ្នករកទេ។ សមាជិក អេ.អេយើងខ្លះ ពីមុនក៏ជាមនុស្សអនាថា ជាអ្នកទោស និងជាអ្នករិកលចរិកដែលធ្លាប់គេយកទៅដាក់នៅមន្ទីរពេទ្យឆ្លងដែរ។ ហើយក៏មានអ្នកខ្លះទៀតគ្មានលុយសូម្បីតែ១ កាក់១សេនក៏អាចចូលរួមជាមួយនឹងអេ.អេយើងបាន។ បញ្ហាចំបងរបស់ អេ.អេ គឺមិនអាចគ្រប់គ្រងជីវិតដោយពឹង លើស្រាទេ។ យើងមិនសំឡឹងមើលថា អ្នកនោះស្លៀកពាក់របៀបយ៉ាចម៉េច ចេះនិយាយគួសមឬមិនគួសម មាន លុយឬអត់លុយនោះទេ។ យើងគ្រាន់តែចង់ដឹងថាអ្នកចំណូលថ្មីម្នាក់នោះចង់ឬមិនចង់ឈប់ដឹកតែប៉ុណ្ណោះ បើគេ ចង់យើងនឹងស្វាគមន៍គេ។ ជួនកាលអ្នកចំណូលថ្មីគិតថារឿងរ៉ាវក្នុងការដឹករបស់ខ្លួនវាយ៉ាប់យឺនមែនទែន តែ សមាជិក អេ.អេ យើងខ្លះមានរឿងរ៉ាវកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរជាងគេទៅទៀតក៏មាន។ នេះមានន័យថាសមាជិក អេ.អេ យើងមានរឿងរ៉ាវបទពិសោធន៍ជីវិតមិនលើសគ្នាប៉ុន្មានទេ។

**១១. តើអ្នកញៀនស្រាដែលផ្តាច់បានហើយ គួរចូលរួមនឹង អេ.អេទៀតដែរឬទេ ?**

មានបុរស ស្រ្តីជាច្រើនអ្នកបានបកមករក អេ.អេ នៅពេលណាស្ថានភាពនៃការដឹករបស់ពួកគេបានដួល ធ្លាក់ដល់ប្រតិបត្តិហើយនោះ (មានន័យថា ពួកគេបានដើរហូតដល់បុកជញ្ជាំងក្នុងស្ថានភាពមួយដោយសារការដឹក របស់ខ្លួនដែលនាំឲ្យគេភ្ញាក់ស្មារតីដោយខ្លួនឯងថា នៅទីនេះមានជញ្ជាំងមិនអាចតទៅមុខទៀតទេ)។ ប៉ុន្តែពួក គេមិនមែនជួបស្ថានភាពអីបឹងដូចៗគ្នាទាំងអស់ដែរ។ នៅពេលណាគេជួបបញ្ហាដោយសារការដឹកហូតដល់បុកជញ្ជាំង ហើយគេសង្ឃឹមថា ការដឹកនោះគឺជាកែវលើកចុងក្រោយរបស់ខ្លួនមុនចូល អេ.អេ។

មនុស្សម្នាក់ដែលអាចផ្តាច់ស្រាដោយខ្លួនឯងបាន២ទៅ៧ឆ្នាំហើយ ក៏គេនៅតែសំរេចចិត្តចូលរួមជាមួយ អេ.អេ ដោយគាត់ដឹងថា “ស្រាមិនអាចគ្រប់គ្រងបានទេ”។ ការបង្ខំខ្លួនឯងក្នុងការផ្តាច់ស្រានោះមិនមែនជារឿង ងាយស្រួលទេ វាធ្វើឲ្យយើងតានតឹងក្នុងចិត្ត រក្សាចិត្ត ឈឺចិត្តនៅពេលដែលមានបញ្ហាបន្តិចបន្តួចក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃ នេះជាហេតុដែលអាចនាំឲ្យគាត់វិលទៅរកការដឹកវិញ តាមស្ថានភាពនេះមិត្តយើងបានស្នើឲ្យគាត់មករក អេ.អេ។ ចាប់តាំងពីគាត់បានចូលរួមជាមួយ អេ.អេ មួយរយៈកាលហើយ គាត់ចាប់ផ្តើមឃើញពីភាពខុសគ្នាថា ការផ្តាច់ស្រា ដោយដើរជាមួយ អេ.អេ មានភាពងាយស្រួលជាងការផ្តាច់ស្រាដោយខ្លួនឯង និងម្នាក់ឯងនោះវាក៏គួរឲ្យអាណិត អាសូរខ្លួនណាស់។

មានអ្នកផ្សេងទៀតបានប្រាប់ពីបទពិសោធន៍ស្រដៀងគ្នានេះដែរថា ការផ្តាច់ស្រាដោយខ្លួនឯងអាចអត់ដឹក យូរខ្សែយូរឆ្នាំបាន ប៉ុន្តែមានសំពាធខ្លាំង ផ្ទុយទៅវិញបើគេបានដើរជាមួយ អេ.អេ គេឃើញមានអំណាច និងមាន សេរីភាពជាង ដោយសារតែគេអាចជួប និយាយជាមួយអ្នកផ្សេងទៀតដែលអាចជួយពង្រឹងភាពប្រក្រតីរបស់ គេឲ្យកាន់តែរឹងមាំជាងមុន។ ជាធម្មតាទាំងគេ ទាំងយើងបើឃើញមានផ្លូវមួយដែលស្រួលជាងហើយ គឺមិនរើសយក ផ្លូវពិបាកទេ។ ហើយបើគេអាចជ្រើសរើសភាពប្រក្រតីបានដោយមាន អេ.អេ និង គ្មាន អេ.អេ នោះខ្ញុំជឿថា គេនឹងជ្រើសរើសយកការចូលរួមជាមួយ អេ.អេ ជាមិនខាន។

**១២. ហេតុអ្វីបានជា អេ.អេ ចាប់អារម្មណ៍ជួយអ្នកមានបញ្ហានឹងស្រា?**

អេ.អេ យើងមានឃ្លាមួយនិយាយថា” ជួយគេដូចជួយខ្លួនឯង”។ ទីមួយ តាមការពិសោធន៍របស់សមាជិក អេ.អេ បានឲ្យដឹងថា ការជួយអ្នកញៀនដទៃទៀតដោយឈរលើបេសកកម្ម “ជំហានទាំង១២” ដើម្បីបន្តប្រក្រតីភាព របស់ខ្លួនឲ្យកាន់តែមានស្ថេរភាព។ មានន័យថា ជីវិតរបស់ពួកគេមានការជំរុញដោយមានបេសកកម្ម និងការខំយកចិត្តទុកដាក់ ដូចជាការជួយរំលឹកខ្លួនឯងឲ្យនឹកឃើញពីស្ថានភាពយ៉ាប់យឺតក្នុងកាលស្រវឹង ហើយជា ការដាស់តឿនមួយ កុំឲ្យពួកគេមានអំណាច និងទុកចិត្តលើខ្លួនឯងជ្រុលដែលអាចនាំឲ្យគេឆ្កោះឆ្កាយវិលទៅរក ការដឹកវិញ។ ពន្យល់យ៉ាងណាក៏មិនមានន័យអ្វីផ្សេងក្រៅពីថា សមាជិក អេ.អេយើងខំចំណាយពេលទៅជួយគេ ដោយមិនត្រូវការសុគុណឡើយ ហើយការនេះអាចធ្វើឲ្យគេងាយស្រួលក្នុងការរក្សាលំនឹងនៃភាពប្រក្រតីរបស់ ពួកខ្លួនបាន។ មានហេតុផលមួយទៀត បើយើងជួយអ្នកញៀនផ្សេងទៀត ដូចយើងបើកឱកាសឲ្យខ្លួនឯងបាន សងគុណដល់អ្នកដែលធ្លាប់ជួយយើងពីមុន។ នេះជារបៀបងាយៗមួយដែលយើងអាចសងគុណ អេ.អេ វិញ។ ហើយសមាជិក អេ.អេយើងដឹងថា ភាពប្រក្រតីឡើងវិញមិនអាចទិញបាន ហើយក៏មិនត្រូវការឲ្យបង់រំលួសអីដែរ។ អេ.អេយើងគ្រាន់តែដឹងថាអាចមានរបៀបរស់នៅដោយគ្មានស្រា និងចង់ជួយដោយសុទ្ធចិត្តក្នុងការចែកចាយ បទពិសោធន៍ជីវិតដល់អ្នកដែលមកតាមក្រោយយើង។

តាមទំនៀមទំលាប់ អេ.អេយើង មិនទៅបង្ខំ ឬជម្រុញគេឲ្យមកចូលជាសមាជិកទេ ហើយក៏មិនសុំលុយ ឬសុំការឧបត្ថម្ភពីនណាម្នាក់ដែរ។ **សមាគមមិត្តភាព អេ.អេ** បើអ្នកចំណូលថ្មីទទួលស្គាល់ថាខ្លួនជាអ្នកញៀនស្រា

ហើមជឿថា អេ.អេអាចជួយខ្លួនបាន គេនឹងមានសំណួរខ្លះៗពី ចរិកលក្ខណៈ រចនាសម្ព័ន្ធ និងប្រវត្តិនៃបេសកកម្ម អេ.អេ។ បន្ទាប់មកនេះជាសំណួរដែលពួកគេតែងតែសួរមក អេ.អេ ៖

**១៣. ក្រុម អ.អ គឺជាអ្វី?**

មានពីរបៀបដើម្បីពណ៌នាពីក្រុម អេ.អេ។ របៀបទី១ គឺពិពណ៌នាឲ្យយើងស្គាល់ពីគោលបំណង និងគោលដៅរបស់ក្រុម អេ.អេ។

អ្នកញៀនស្រាអនាមិក ជាសមាគមមិត្តភាពជួយឲ្យបុរសនិងស្ត្រីមួយក្រុមអាចប្តូររូបរាងសោធន៍ រួមកំលាំងគ្នា និងទទួលបាននូវសេចក្តីសង្ឃឹមទាំងអស់គ្នា ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហារួម និងជួយគ្នាទៅវិញទៅមកក្នុងការផ្តាច់ស្រា។ លក្ខខណ្ឌចូលជាសមាជិកមានតែមួយគត់ គឺចង់ឈប់ផឹកស្រា។

ចូលជាសមាជិក អេ.អេ មិនត្រូវការចំណាយប្រាក់ទេ។ អេ.អេ យើងផ្គត់ផ្គង់ខ្លួនឯងបានមកពីការវិភាគទាន របស់សមាជិកក្រុម។ អេ.អេ មិនរួមសម្ព័ន្ធជាមួយនិកាយ ក្រុមនយោបាយ អង្គការ ឬគ្រឹះស្ថានណាមួយទេ ហើយក៏មិនចង់ឲ្យមានជំលោះក្នុងការគាំទ្រឬជំទាស់នឹងមូលហេតុ និងបុព្វហេតុណាមួយដែរ។ គោលបំណង បឋមរបស់យើងគឺនៅឆ្ងាយពីស្រា និងជួយអ្នកញៀនឯទៀតឲ្យទទួលភាពប្រក្រតីឡើងវិញបាន។

អេ.អេ យើងមាន “បញ្ហារួមដូចគ្នាមួយ” គឺការញៀនស្រា។ បុរស ស្ត្រីដែលបានចូលជាសមាជិក អេ.អេហើយ គេរាប់ខ្លួនឯងថា ជាអ្នកញៀនរហូត ទោះបីជាគេអាចញៀននឹងអ្វីផ្សេងក៏ដោយ។ នៅទីបំផុត គេទទួលស្គាល់ថា គេមិនអាចគ្រប់គ្រងលើស្រាបាន មិនថាស្រាប្រភេទណាទេ ឥឡូវនេះគេបានដាក់ខ្លួនឲ្យឆ្ងាយ ពីស្រាទាំងស្រុងហើយ។ ការសំខាន់ជាងនេះគេមិនដោះស្រាយបញ្ហាតែម្នាក់ឯង។ គេព្រមបើកចំហររឿង និងបញ្ហា របស់ពួកគេឲ្យក្រុម អេ.អេស្តាប់។ ការបើកចំហរចែកចាយ “បទពិសោធន៍ ភាពរឹងមាំ និងសេចក្តីសង្ឃឹម” ទាំងអស់នេះជាកត្តាសំខាន់ធ្វើឲ្យគេអាចរស់នៅបានដោយគ្មានស្រា ហើយនឹងគ្មានបំណងចង់ផឹកឡើងវិញទៀត ទេ។

របៀបទី២ គឺពិពណ៌នាពីក្រុមអ្នកញៀនស្រាអនាមិក ឲ្យឃើញពីចំណុចសំខាន់ៗនៃរចនាសម្ព័ន្ធសង្គម អេ.អេ។ និយាយអំពីចំនួន អ្នកញៀនស្រាអនាមិក មានបុរស និងស្ត្រីជាង២.០០០.០០០នាក់ នៅ១៨០ប្រទេស។ គេទាំងអស់គ្នាជួបជុំនៅគ្រប់តំបន់ និងនៅតាមតំបន់និមួយៗមានចំនួនសមាជិកខុសៗគ្នា។ ដូចជានៅតំបន់ជាប់ ស្រយាលមិនសូវមានសមាជិកច្រើនទេ តែបើនៅតំបន់ទីប្រជុំជនវិញមានសមាជិករាប់រយនាក់ចូលរួម។

ចំនែកនៅទីក្រុងវិញមានចំនួនប្រជាជនច្រើន អីចឹងយើងក៏មានក្រុមច្រើននិងនៅជិតៗគ្នាផងដែរ។ ក្រុមនិមួយៗមានកិច្ចប្រជុំទៀងទាត់របស់ខ្លួន។ កិច្ចប្រជុំ អេ.អេ ភាគច្រើនតាមបែបបើកចំហរជាសាធារណៈអ្នក ណាក៏អាចចូលរួមបាន ហើយក៏មានកិច្ចប្រជុំភាគតិចដែលមិនបើកចំហរទេ មានតែសមាជិក អេ.អេតែប៉ុណ្ណោះ ពីព្រោះអ្នកដែលអត់ញៀនមិនយល់ពីសាច់រឿងពិតនៃ អេ.អេទេ។

ក្រុមក្នុងតំបន់ជាគោលដៅសំខាន់របស់សមាជិកសម្ព័ន្ធមិត្តភាព អេ.អេ។ កិច្ចប្រជុំដោយបើកចំហ ទទួលស្វាគមន៍អ្នកញៀនស្រា និងគ្រួសាររបស់គេឲ្យចូលរួមជាមួយក្នុងបរិយាកាសប្រកបដោយ មិត្តភាព និងជាសារប្រយោជន៍ដល់គ្នា។ សព្វថ្ងៃនេះមានជាង១១៧,០០០ក្រុមក្នុងពិភពលោកទាំងមូល ដោយរាប់ទាំង ក្រុមនៅមន្ទីរពេទ្យ គុក និងគ្រឹះស្ថានផ្សេងៗ។

**១៤. តើ អេ.អេ ចាប់ផ្តើមយ៉ាងម៉េច ?**

អ្នកញៀនស្រាអនាមិកចាប់ផ្តើមដំបូងនៅទីក្រុង អាគ្រូន រដ្ឋអូហាយអូ នៅឆ្នាំ១៩៣៥។ កាលនោះមានឈ្មួញម្នាក់មកពីទីក្រុង ញូវយ៉ក មករកស៊ីនៅទីក្រុង អាគ្រូន គាត់ទទួលបានជោគជ័យក្នុងការផ្តាច់ ស្រាជាលើកដំបូងក្នុងរយៈពេលតែប៉ុន្មានឆ្នាំ ដោយមានបេសកកម្មជួបនឹងអ្នកញៀនស្រាផ្សេងទៀត។ គាត់ទទួល បានសុវប្រក្រតីភាពក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានខែហើយដោយឈឺគោលដៅហារជួញអ្នកញៀនផ្សេងទៀតក្នុងការផ្តាច់ស្រា ដែលជាហេតុធ្វើឲ្យបំណងចង់ដឹករបស់គាត់ចម្រុះ។ គាត់ និងមិត្តវេជ្ជបណ្ឌិតរបស់គាត់ម្នាក់ទៀតបានចាប់ដៃ គ្នាធ្វើការជាដៃគូ ដោយយល់ឃើញពីការពិតថាការរស់នៅដោយគ្មានស្រា ជាជំនួយដ៏ល្អដែលអាចជួយ និងលើក ទឹកចិត្តដល់អ្នកញៀនឯទៀតឲ្យទទួលបានជោគជ័យក្នុងជីវិត។

ក្នុងរយៈពេលបួនឆ្នាំកន្លងមកនេះ ចលនាថ្មីនេះដែលគ្មានឈ្មោះ គ្មានអង្គការ គ្មានសម្ភារៈឬឯកសារអ្វីនោះ ចេះតែរីកដុះដាលបន្តិចម្តងៗ និងមានមនុស្សកាន់តែច្រើនឡើងៗ ហើយក្រុមជាច្រើនបានកើតឡើងទាំងនៅ ទីក្រុងអាគ្រូន ទីក្រុងញូវយ៉ក ទីក្រុងឃីរ៉ូលែន និងនៅកន្លែងផ្សេងទៀតដែរ។

នៅឆ្នាំ១៩៣៩ គេបានបង្កើតឲ្យមានសៀវភៅ “អ្នកញៀនស្រាអនាមិក” នេះឡើងដែលមានជំនួយពីមិត្ត យើងដែលទទួលប្រក្រតីភាពជាច្រើននាក់។ ហើយសហគមន៍មិត្តភាព អេ.អេយើងក៏មានការចាប់អារម្មណ៍ពីមនុស្ស ទាំងក្នុងនិងក្រៅប្រទេសផងដែរ។

យើងបានបើកការិយាល័យចាត់ការទូទៅមួយនៅ ទីក្រុងញូវយ៉កដើម្បីទទួលសំណួរនិងឆ្លើយតបតំរូវការ ការ ប្រាស្រ័យទាក់ទងព័ត៌មាន ការផ្សព្វផ្សាយ និងឯកសារដែលទាក់ទងនឹងអេ.អេ ជាដើម។

**១៥. តើ អេ.អេមានច្បាប់ ឬលក្ខខណ្ឌអ្វីទេ ?**

អេ.អេ គ្មានច្បាប់ គ្មានលក្ខខណ្ឌ ឬតំរូវឲ្យយើងធ្វើអ្វីច្រើនទេដើម្បីចូលជាសមាជិក។ នេះជាលក្ខណៈ ពិសេសរបស់ អេ.អេ ដែលខុសពីគេ ខុសពីស្ថាប័នផ្សេងៗ ហើយក៏គ្មានលក្ខន្តិកៈដាច់ខាតណាថាសមាជិកត្រូវតែ ចូលរួមប៉ុន្មានដង ឬប៉ុន្មានឆ្នាំដែរ។

ក្រុមភាគច្រើនគេមានប្រពៃណីរបស់គេ តែមិនមែនជាលាយលក្ខណ៍អក្សរនោះទេ ដូចជាបើមានអ្នកណា នៅតែផឹក និងមកឡឡូវខានកិច្ចប្រជុំ គេនឹងសំរួលឲ្យអ្នកនោះចេញទៅក្រៅសិនរហូតដល់ឈប់ឡឡា និងខាន អ្នកផ្សេងៗ នៅពេលគាត់ស្រួលបួលហើយ យើងនឹងស្វាគមន៍គាត់ឲ្យចូលរួមកិច្ចប្រជុំវិញ។ ដោយស្ថិតក្នុងការរង

ចាំដើម្បីឲ្យគាត់អាចចូលរួមកិច្ចប្រជុំបាន សមាជិកក្រុមនឹងខិតខំជួយគាត់ឲ្យទទួលបានភាពប្រក្រតីឡើងវិញ បើសិន អ្នកនោះប្រាកដជាមានបំណងចង់ឈប់ផឹកមែន។

**១២. ដើម្បីចូលជាសមាជិកតើត្រូវបង់លុយប៉ុន្មាន?**

ដើម្បីចូលជាសមាជិក អេ.អេ មិនពាក់ព័ន្ធរឿងថវិការដ្ឋានទាំងអស់។ កម្មវិធី អេ.អេ យើងជាកម្មវិធីផ្សះផ្សា ជួយដល់អ្នកញៀនឲ្យឈប់ផឹកតាមបែបបើកចំហរ មិនថាអ្នកមាន ឬអ្នកក្រគ្មានលុយ១កាក់១សេនក៏ដោយ។

ក្រុមតំបន់ភាគច្រើនគេបានវិភាគទានតាមសទ្ធារបស់គេ ដើម្បីយកថវិការទាំងនេះមកប្រើសំរាប់បង់ថ្លៃកន្លែង និងទិញអាហារសម្រន់ពេលប្រជុំ។ ក្រុមភាគច្រើនបានស្ម័គ្រចិត្តផ្តល់ប្រាក់វិភាគទាន ហើយគេអាចប្រើប្រាក់នោះ១ ភាគដើម្បីជួយដល់ក្រុមថ្មីទាំងក្នុង និងក្រៅប្រទេស ដូចជាបង្កើតក្រុមថ្មី និងផ្សាយដំណឹងដល់អ្នកញៀនដែល មិនទាន់ដឹងពីកម្មវិធី អេ.អេជាដើម។

អ្វីដែលសំខាន់ក្នុងការចូលជាសមាជិក អេ.អេ មិនត្រូវការបង់លុយ និងជួយផ្គត់ផ្គង់អ្វីឡើយ។ ប៉ុន្តែក្រុម អេ.អេខ្លះ គេអាចឲ្យសមាជិកជួយជាវិភាគទានបានតាមបរិមាណមួយដ៏សមស្រប។ អេ.អេ ផ្គត់ផ្គង់ខ្លួនឯងទាំងស្រុង ហើយមិនទទួលជំនួយពីខាងក្រៅទេ។

**១៧. តើអ្នកណាជាអ្នកគ្រប់គ្រង អេ.អេ?**

អេ.អេ គ្មានរចនាសម្ព័ន្ធតាមបែបមានប្រធាន និងបណ្តាញបុគ្គលិកដើម្បីគ្រប់គ្រងសមាគមមិត្តភាពមួយ នេះទេ។ អ.អ មិនមានប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងដូចស្ថាប័នទេ ប៉ុន្តែយើងដឹងច្បាស់ថា យើងក៏មានកិច្ចការដែលយើងត្រូវ ធ្វើដែរ។ ឧទាហរណ៍ថា ក្នុងក្រុមតំបន់មួយត្រូវមានអ្នករកកន្លែងគ្រួសារមួយសំរាប់ប្រជុំ ហើយកិច្ចប្រជុំត្រូវមាន គម្រោងពេលវេលាកម្មវិធី ត្រូវទិញកាហ្វេ និងអាហារសម្រន់ជាដើម។ ពេលប្រជុំបើមានកាហ្វេ និងអាហារ សម្រន់នោះ គឺជាការល្អក្នុងការជួយបង្កើនបរិយាកាសឲ្យកាន់តែប្រសើរឡើង និងកាន់តែមានភាពស្ថិតស្ថាល។ ដោយយើងយល់ឃើញថាក្រុម អេ.អេមានច្រើន អីចឹងយើងក៏ចាត់តាំងមនុស្សម្នាក់ដើម្បីជួយទទួលខុសត្រូវក្នុង ការទាក់ទង និងដឹងពីសុខុមាលភាពចម្រើនរបស់ អេ.អេទាំងក្នុង និងក្រៅប្រទេស។

ពេលណាក្រុមតូចទើបបង្កើតថ្មីគឺ ត្រូវការមានអ្នកទទួលខុសត្រូវក្នុងកិច្ចការទាំងនេះ ដោយគ្មានអ្នកតែង តាំងទេ គេផ្ទាល់ជាអ្នកស្ម័គ្រចិត្តបំរើក្រុម។ នៅពេលក្រុមបង្កើតបានយូររហូត គេនឹងបោះឆ្នោតជ្រើសរើសអ្នកទទួល ខុសត្រូវ និងដូរវេនគ្នាធ្វើការតាមកំណត់រយៈពេលដ៏ជាក់លាក់មួយ។ នៅ អេ.អេជាធម្មតាមានអ្នកដឹកនាំមួយ ជំនួយការមួយ អ្នកសំរបស់រូលកម្មវិធីមួយ អ្នកសំរបស់រូលភេសជ្ជៈនិងអាហារសម្រន់មួយ ហិរញ្ញិកមួយ និងអ្នកតំណាងក្រុមក្នុងការចូលរួមកិច្ចប្រជុំនានាទាំងតូចទាំងធំនៅតាមតំបន់ ទាំងក្នុងនិងក្រៅប្រទេស។ យើងផ្តល់ អត្ថិភាពដល់អ្នកចំណូលថ្មីដែលទទួលបានប្រក្រតីភាពវិញបានមួយរយៈ ដើម្បីឲ្យគេបានចូលរួមសកម្មភាពទាំងនេះ ដោយឲ្យគេមានតួនាទីមួយក្នុងក្រុមដែរ។

យើងមានចលនាពិសេសដែលត្រូវធ្វើទាំងថ្នាក់ជាតិ និងអន្តរជាតិដូចជា៖ ត្រូវបង្កើតឯកសារ បោះពុម្ព ហើយចែកចាយដល់ក្រុម និងអ្នកដែលត្រូវការ។ ត្រូវឆ្លើយសំណួរដែលក្រុមចាស់និងក្រុមថ្មីមាន។ ត្រូវបំពេញ តំរូវការដល់អ្នកដែលគេសុំ ទាំងព័ត៌មាន និងកម្មវិធីក្នុងការផ្តាច់ស្រាវរបស់ អេ.អេ។ យើងត្រូវជួយឲ្យព័ត៌មាន និងជា ជំនួយដល់ បណ្ឌិតពេទ្យ សមាជិកបច្ចេកទេស អ្នកជំនួញ និងបាងហ្វាងគ្រឹះស្ថាននានា។ ហើយយើងក៏ត្រូវមាន សកម្មភាពល្អៗ តាមការស្នើសុំ វិទ្យុ ទូរទស្សន៍ ភាពយន្ត និងប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយឯទៀតដែរ។

ដើម្បីជួយឲ្យ អេ.អេ មានភាពរឹងមាំក្នុងការបំរើនោះ សមាជិកមុនៗនៃសមាគម អេ.អេ និងមិត្តរបស់គេបានបង្កើតក្រុមប្រឹក្សាភិបាលមួយ ដែលឥឡូវនេះគេហៅថា ក្រុមប្រឹក្សាចាត់ការទូទៅនៃអ្នកញៀន ស្រាអនាមិក។ ក្រុមប្រឹក្សានេះ ដូចជាអ្នកថែរក្សាប្រពៃណី និងកិច្ចការទាំងអស់នៃ អេ.អេ ហើយក៏ទទួលខុស ត្រូវកិច្ចការស្តង់ដារការងារនៃការិយាល័យកិច្ចការទូទៅនៅទីក្រុង ញ៉ូវយ៉កដែរ។ ការទាក់ទងរវាងក្រុមប្រឹក្សា និងក្រុម អេ.អេ នៃសហរដ្ឋអាមេរិក និងកាណាដា គឺតាមរយៈការធ្វើសន្និបាតកិច្ចការទូទៅមួយ។

សន្និបាតនេះមានប្រតិភូ៩៣នាក់ខាង អេ.អេ មានអ្នកដឹកនាំ២១នាក់ខាងក្រុមប្រឹក្សា ក៏មានអ្នកធ្វើការនៅ ការិយាល័យទូទៅ និងសមាជិកផ្សេងទៀត ដោយកិច្ចសន្និបាតនេះធ្វើតែម្តង ពី៣ទៅ៤ថ្ងៃក្នុងមួយឆ្នាំ។ សន្និបាតនេះ គ្រាន់តែជាទីភ្នាក់ងារជូនយោបល់ គ្មានអំណាចដាក់កម្រិត ឬគ្រប់គ្រងលើសមាគមមិត្តភាពទេ។ ហេតុដូច្នេះ ហើយយើងអាចឆ្លើយសំណួរ “តើអ្នកណាជាអ្នកគ្រប់គ្រង អេ.អេ?” បានថា សមាគម អេ.អេ ជាចលនាមួយ ដែលបានបង្កើតឡើងមានរចនាសម្ព័ន្ធមិនតឹងរឹង ហើយគ្មានការគ្រប់គ្រងជាផ្លូវការជាក់លាក់ដូចស្ថាប័នឯកជនមួយ ណាឡើយ។

**១៨.តើអេ.អេជាសមាគមសាសនាដែរឬទេ ?**

អេ.អេ មិនមែនជាសមាគមសាសនាទេ ពីព្រោះគេមិនមានលក្ខខណ្ឌថាត្រូវតែជឿសាសនាណាមួយឲ្យ ជាក់លាក់ដើម្បីចូលជាសមាជិកទេ។ ទោះបីជាមានការយល់ស្រប និងការគាំទ្រពីអ្នកដឹកនាំសាសនាផ្សេងៗ ប៉ុន្តែ សមាគមយើងមិនបិតនៅក្រោមអង្គការ ឬនិកាយណាមួយដែរ។ សមាជិកសមាគមយើងមានមកពីចំរុះសាសនា ដូចជា ពុទ្ធសាសនា គ្រិស្តសាសនា ឥស្លាម ព្រមទាំងពួកអ្នកមិនខ្វល់ថាមានព្រះ និងពួកអ្នកមិនជឿលើព្រះផងដែរ។ កម្មវិធី អេ.អេ ជាកម្មវិធីមួយដែលជួយឲ្យគេផ្តាច់ពីការញៀនស្រា ដោយពឹងផ្អែកលើគុណតំលៃនៃ មេអំណាចមួយ \* “មេអំណាច” ជាក់លាក់ អំណាចអរូបបិយដ៏ធំមួយ គឺជាព្រះ។ សមាជិកម្នាក់ៗមានសេរីភាពក្នុងការបកស្រាយពី គុណតម្លៃតាមតែគេយល់។ សមាជិក អេ.អេ ភាគច្រើន មុននឹងបែរមករកអេ.អេ ពួកគេសុទ្ធតែទទួលស្គាល់ថា ខ្លួនមិនអាចគ្រប់គ្រងលើការផឹករបស់ខ្លួន ហើយស្រាបានក្លាយជាកម្លាំងមួយដែលខ្លាំងជាងខ្លួន។ អេ.អេស្នើថា ដើម្បីអាចទទួលបាននូវប្រក្រតីភាព និងឲ្យប្រក្រតីភាពនេះនៅជាប់រហូតនោះ អ្នកញៀនស្រាត្រូវបើកចិត្តទទួល និងពឹងលើកម្លាំងអំណាចមួយដែលខ្លាំងជាងខ្លួន។ អ្នកញៀនខ្លះ គេបានជ្រើសរើសនិងយល់ឃើញថា ក្រុម អេ.អេ



ជាមេអំណាចរបស់ខ្លួន ចំពោះអ្នកខ្លះទៀតគេពឹងលើអំណាចនៃព្រះ ហើយក៏មានអ្នកខ្លះទៀតពឹងលើមេអំណាច មួយតាមការយល់ឃើញ និងមានលក្ខណៈខុសៗគ្នា ។

មានអ្នកញៀនស្រាខ្លះ នៅពេលចូល អេ.អេដំបូង គេស្នាក់នៅក្នុងការទទួលយកគំនិតដែលថា មានមេអំណាចមួយដែលធំជាងខ្លួន ។ តាមការពិសោធន៍បានឲ្យឃើញថា បើគេបើកចិត្តចំហចំពោះមេអំណាច ដែលធំជាងខ្លួន និងមកចូលរួមប្រជុំទៀងទាត់នោះ វាមិនមែនជាការពិបាកទេក្នុងការរកដំណោះស្រា និងទទួលយក មេអំណាចមួយដែលអាចជួយខ្លួនបាន ។

**១៩.តើ អេ.អេ ជាចលនាបង្ខំគេឲ្យឈប់ផឹកដែរឬទេ ?**

ទេ! អេ.អេ គ្មានចលនាអ្វីដើម្បីបង្ខំឲ្យនណាម្នាក់ឈប់ផឹកទេ ហើយក៏មិនគាំទ្រ ឬប្រឆាំងទៅនឹងបុព្វហេតុ ណាមួយដែរ។ ហើយក៏ជាឃ្លាមួយដែលបានដកស្រង់ពី សេចក្តីប្រកាសដ៏សំខាន់នៃគោលបំណងរបស់ អេ.អេ ដែលយើងអាចយកមកឆ្លើយនូវសំណួរខាងលើនេះបាន ។

អ្នកញៀនដែលទទួលប្រក្រតីហើយតែងតែមានប្រតិកម្មនឹងស្រា ប្រៀបដូចជាមនុស្សដែលប្រតិកម្មនឹង លម្អងផ្កាឬធ្នូដីអញ្ចឹងដែរ។ ទោះបីជាសមាជិក អេ.អេ យល់ឃើញថា ស្រាមិនមានបញ្ហាអ្វីទេចំពោះមនុស្សទូទៅ ក៏ដោយ ប៉ុន្តែសំរាប់អ្នកញៀនវិញស្រា គឺជាថ្នាំពុល។ ជាធម្មតា សមាជិក អេ.អេ មិនបង្ខំនណាម្នាក់ឲ្យឈប់ផឹកទេ បើកាដឹករបស់គេល្អត្រឹមត្រូវ មិនបង្កបញ្ហា និងបង្កើនបរិយាកាសឲ្យមានភាពសប្បាយរីករាយនោះ។ ប៉ុន្តែចំពោះ សមាជិកអេ.អេ វិញ ទទួលស្គាល់ថា ខ្លួនមិនអាចគ្រប់គ្រងលើស្រាបានឡើយ ។

**២០.តើ អេ.អេ មានសមាជិកជាស្ត្រីច្រើនដែរឬទេ ?**

ចំនួនស្ត្រីដែលមករក អេ.អេឲ្យជួយដោះស្រាយបញ្ហាក្នុងការផឹករបស់ខ្លួននោះ ហើយមាន១ភាគ៣នៃអ្នក ចំណូលថ្មីជាស្ត្រីចេះតែកើនឡើងរហូត។ ស្ត្រីទាំងអស់នេះមានមកពីគ្រប់សង្គមវណ្ណៈ ហើយតាមតែយើងដឹងពួក គេសុទ្ធតែមានបញ្ហានឹងស្រាដូចជាសមាជិកបុរសយើងដែរ។

មានការយល់ឃើញទូទៅមួយថា ក្នុងលក្ខខណ្ឌខ្លះ ស្ត្រីជាអ្នកញៀនស្រាមានការប្រឈមមុខខ្ពស់ជាងបុរស ដោយសារតែមានគេមាក់ងាយ និងរិះគន់ខ្លាំងពីសង្គម។ ចំណែកអេ.អេ វិញមិនបែងចែកអញ្ចឹងទេ ចំពោះ ស្ត្រីអ្នកញៀនស្រា គឺមានការយោគយល់ និងទទួលជំនួយពី អេ.អេ ដូចសមាជិកបុរសដែរ។ យើងមិនប្រកាន់ថា គាត់មានអាយុប៉ុន្មាន ឬក្នុងសង្គមវណ្ណៈណា មិនថាអ្នកមាន ឬអ្នកក្រ និងកំរិតអប់រំខ្ពស់ឬទាបទេ យើងស្វាគមន៍ គាត់ទាំងអស់។ ហើយក្នុងរចនាសម្ព័ន្ធ អេ.អេ យើងក៏ឲ្យសមាជិកស្ត្រីមានតួនាទីដូចបុរសដែរ។

**២១.តើមានយុវវ័យចូលរួមច្រើនដែរឬទេនៅ អ.អ ?**

មានការកត់សំគាល់មួយ បើសិនយើងផ្ដោតអារម្មណ៍លើភាពលូតលាស់របស់ អេ.អេ យើងឃើញថាមាន យុវវ័យទាំងបុរសស្ត្រីកាន់តែច្រើនឡើងៗ ចាប់អារម្មណ៍ចូលរួមជាមួយនឹង អេ.អេ មុននឹងបញ្ហាក្នុងការផឹករបស់ពួក

គេមិនទាន់ធ្ងន់ធ្ងរនៅឡើយ។ គេដឹងថាការញៀនស្រាកាន់តែមានដំណើរការខ្លាំងទៅៗ ហើយក្លាយជាជម្ងឺមួយដែល ត្រូវការការព្យាបាលភ្លាម មិនត្រូវពន្យារពេលទេ កុំឲ្យដុះជាបទាន់។

ចលនាដំបូងៗនៃ អេ.អេ មានអ្នកចូលរួមទាំងបុរស ស្ត្រីសុទ្ធតែធ្លាក់ដួលដល់បុកជញ្ជាំង ក្នុងការបាត់បង់ ការងារ បំផ្លាញក្រុមគ្រួសារ ដាច់ចេញពីសង្គម សាច់ញាតិ និងមិត្តភក្តិក្នុងរយៈពេលយូរ។

សព្វថ្ងៃនេះមានយុវវ័យយ៉ាងច្រើន ចាប់ពីអាយុពី១៣ទៅ២០ឆ្នាំជាង បានងាកមករក អេ.អេ មុននឹងពួក គេមិនទាន់បាត់បង់ការងារ មិនទាន់ចេះបំផ្លាញក្រុមគ្រួសារ អត់ទាន់ជាប់គុកឬចូលមន្ទីរពេទ្យឆ្លងនៅឡើយ ហើយវា ជាការល្អដែលពួកគេបានភ្ញាក់រលឹកថា បើសិនខ្ញុំនៅតែបន្តផឹក នោះនឹងជួបមហន្តរាយជាមិនខាន។ ពួកគេបាន សារភាពថា ពួកគេជាអ្នកញៀនស្រា ហើយស្រាគ្មានប្រយោជន៍អ្វីសោះដល់ខ្លួន បើនៅតែបន្តផឹក មានតែនាំ ទុក្ខទោសដល់ខ្លួនប៉ុណ្ណោះ។

យុវវ័យមានតម្រូវការដូចមនុស្សចាស់ដែរក្នុងការផ្តាច់ស្រានេះ ដោយគ្រាន់តែមនុស្សចាស់ទទួលរងនូវបទ ពិសោធន៍ដូចត្រឹមជាងក្មេង និងនៅមានឱកាសអាចគេចផុតពីទុក្ខវេទនាទាំងនោះបាន។ នៅ អេ.អេ ក្រុមទាំងពី នេះមានចំណុចចាប់ផ្តើមជីវិតថ្មីរបស់ខ្លួនតែមួយគឺ “គិតចាប់ពីការផឹកស្រាកែវលើកចុងក្រោយរបស់ខ្លួន”។

**កិច្ចប្រជុំក្រុម:** កិច្ចប្រជុំក្រុមតំបន់ជាស្នូល និងជាបេះដូងនៃសមាគមមិត្តភាព។ ចំពោះអ្នកចំណូលថ្មីវិញ របៀប ប្រជុំនេះដូចជាប្លែកបន្តិចសំរាប់ពួកគេ។ សំណួរ និងចម្លើយដែលមានតពីនេះនឹងអាចឲ្យយើងដឹងបានថា “តើកិច្ច ប្រជុំ អេ.អេ មានដំណើរការយ៉ាងដូចម្តេច ហើយអ្នកចំណូលថ្មីចូលរួមជាមួយក្រុមយ៉ាងដូចម្តេច?”

**២២.តើមនុស្សម្នាក់អាចចូលជាសមាជិក អេ.អេបានយ៉ាងដូចម្តេច?**

ការចូលជាសមាជិក អេ.អេ មិនទាមទារ ឲ្យមានលក្ខខ័ណ្ឌដែលត្រូវតែធ្វើដូចការចុះឈ្មោះចូលក្លឹប ឬដាក់ ពាក្យចូលស្ថាប័នទេ។ មិនបាច់បំពេញពាក្យសុំចូលជាសមាជិកទេ ណាមួយសមាគមមិត្តភាព អេ.អេ ក៏មិនតម្រូវ ឲ្យមានការចុះបញ្ជីឈ្មោះជាសមាជិកអ្វីដែរ ហើយក៏គ្មានការបង់ថ្លៃចូលជាសមាជិក គ្មានការបង់ប្រចាំឆ្នាំ និងគ្មានការ បង់ទៅលើអ្វីផ្សេងទៀតឡើយ។

គេច្រើនតែមានទំនាក់ទំនងនឹង អេ.អេដោយគ្រាន់តែចូលរួមកិច្ចប្រជុំក្រុមតូចដែលនៅជិតផ្ទះរបស់ខ្លួន។ យើងមានសេចក្តីណែនាំច្រើនរបៀបដើម្បីឲ្យគេអាចទាក់ទងនឹងចូលរួមជាមួយ អេ.អេបាន ។ អ្នកខ្លះផឹកដល់ថ្នាក់ បិះដាប់ ទើបចង់ឈប់ផឹកមែនទែន ហើយគេបានមកទាក់ទងនឹង អេ.អេ ដោយខ្លួនឯង។ គេអាចទូរស័ព្ទទៅកាន់ ការិយាល័យតំបន់ អេ.អេ ដែលមានចុះនៅក្នុងសៀវភៅ ឬក៏សរសេរសំបុត្រ អាចជាអីមែល ទៅកាន់ការិយាល័យ ចាត់ការទូទៅនៅទីក្រុងញ៉ូវយ៉កក៏បាន។

មានអ្នកខ្លះទៀតស្គាល់អេ.អេ តាមរយៈមិត្តភក្តិ សាច់ញាតិ ពេទ្យ ឬទីប្រឹក្សាខាងសាសនា ជាអ្នកណែ នាំឲ្យមក។ ធម្មតាសមាជិកថ្មី អេ.អេ មានឱកាសជជែកពិភាក្សាជាមួយសមាជិកចាស់ផ្ទាល់ម្នាក់ ឬច្រើននាក់មុន

នឹងចូលរួមកិច្ចប្រជុំលើកដំបូង។ ធ្វើដូច្នោះដើម្បីឲ្យគេដឹងថា អេ.អេ ជួយគេបានយ៉ាងដូចម្តេច។ គេនឹងចាប់ផ្តើម ដឹងការពិតពីការញៀនស្រា និងពី អេ.អេដែរ។ ហើយក៏ឲ្យគេដឹងប្រាកដថា តើអ្នកចំណូលថ្មីពិតជាត្រៀមខ្លួន ហើយក្នុងការផ្តាច់ស្រាមែនឬមិនមែន។ លក្ខខណ្ឌចាំបាច់នៃការចូលជាសមាជិកមានតែមួយគត់គឺ ត្រូវមានបំណង ចង់ឈប់ផឹក។ ការចូលជាសមាជិក អេ.អេ គឺជាការចូលដោយគ្មានការបង្ខិតបង្ខំអ្វីឡើយ។

ក្រោយពីបានចូលរួមកិច្ចប្រជុំ អេ.អេ បាន៣ទៅ៤ដងហើយ អ្នកចំណូលថ្មីអាចសំរេចចិត្តបានថាត្រូវតែបន្ត ឬមិនបន្តចូលជាសមាជិក បើគិតថា អេ.អេ គ្មានប្រយោជន៍ដល់ខ្លួនទេ សុំទៅ! អេ.អេក៏មិនបង្ខំឲ្យនៅដែរ។ ប៉ុន្តែ អេ.អេ ស្នើរសុំឲ្យគាត់កុំបិទចិត្តគំនិតខ្លួនឯងចំពោះ អេ.អេឡើយ ហើយក៏គ្មានអ្នកណាម្នាក់ជាអ្នកសំរេចចិត្តជំនួស គាត់បានដែរ មានតែគាត់ខ្លួនឯងទេដែលដឹងនិងឆ្លើយសំណួរនេះបាន “តើខ្ញុំត្រូវការសមាគមអ្នកញៀនស្រាអនាមិក ដែរឬទេ?”

**២៣. អ្វីជា “កិច្ចប្រជុំចំហ”?**

កិច្ចប្រជុំចំហ គឺជាកិច្ចប្រជុំមួយដែលមានអ្នកចូលរួមទាំងសមាជិកអ្នកញៀនស្រា និងអ្នកអត់ញៀនស្រា អាចចូលរួមបាន។ លក្ខខណ្ឌចាំបាច់នោះមានតែមួយគត់ គឺសុំកុំប្រាប់ពីសមាសភាពសមាជិកអេ.អេណាម្នាក់ទៅ ខាងក្រៅឲ្យសោះ សូមរក្សាសិទ្ធិឲ្យព័ត៌មានរបស់ពួកគេមាននៅតែខាងក្នុងកិច្ចប្រជុំប៉ុណ្ណោះ។

ជាធម្មតាកិច្ចប្រជុំចំហប្រើនៃតែមាន អ្នកដឹកនាំម្នាក់ និងអ្នកឯទៀតដែលចែកចាយបទពិសោធន៍ និងគំនិត របស់ខ្លួនផ្ទាល់។ អ្នកដឹកនាំមានតួនាទី ឲ្យគេណែនាំខ្លួន ធ្វើការបើក និងបិទកិច្ចប្រជុំ។ មានករណីលើកលែង ខ្លះក្នុងកិច្ចប្រជុំ គឺមានតែសមាជិកអេ.អេតែប៉ុណ្ណោះជាអ្នកចែករំលែកបទពិសោធន៍។ ហើយគេនិយាយម្នាក់ម្តង អំពីដំណើររឿងនៃការផឹកស្រាដែលជាហេតុនាំឲ្យខ្លួនគេចូលមក អេ.អេ។ អ្នកចែករំលែកអាចផ្តល់ការបកស្រាយបទ ពិសោធន៍ផ្ទាល់ខ្លួន អំពីកម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា និងអាចផ្តល់ជាយោបល់ថា “តើប្រក្រតីភាពមានន័យ យ៉ាងណាចំពោះខ្លួន”។ យោបល់ដែលពួកគេផ្តល់ជូនក្នុងកិច្ចប្រជុំសុទ្ធតែជាបទពិសោធន៍របស់ខ្លួនផ្ទាល់ ហើយពួក គេនិយាយតែក្នុងនាមផ្ទាល់ខ្លួនគេម្នាក់ៗដែរ។

កិច្ចប្រជុំចំហ គេធ្វើការបិទកម្មវិធី ដោយមានការហ្វូ ភេសជ្ជៈធម្មតា នំ បង្កែម និងជ័ង្គក្តាលេង ដើម្បីឲ្យ សមាជិកទាំងអស់មានពេលបង្កើនភាពស្និទ្ធស្នាលជាមួយគ្នា។

**២៤. អ្វីជាកិច្ចប្រជុំបិទ?**

កិច្ចប្រជុំបិទជាកិច្ចប្រជុំដែលមានតែសមាជិក អេ.អេ និងអ្នកដែលមានបញ្ហានឹងស្រាហើយមានបំណងចង់ ឈប់ផឹកតែប៉ុណ្ណោះ។ គោលបំណងនៃកិច្ចប្រជុំបិទ គឺឲ្យសមាជិកមានឱកាសជជែកគ្នា អំពីដំណើរបញ្ហាញៀនស្រា របស់ខ្លួន ដែលមានតែអ្នកញៀនស្រាដូចគ្នាទេដែលយល់ពីបញ្ហានេះច្បាស់។ ធម្មតាកិច្ចប្រជុំទាំងអស់មាន បរិយាកាសស្និទ្ធស្នាលជាទីបំផុត ហើយគេលើកទឹកចិត្តឲ្យសមាជិកទាំងអស់ពិភាក្សាគ្នា។ កិច្ចប្រជុំមានតម្លៃពិសេស

ចំពោះអ្នកចំណូលថ្មី ពីព្រោះពួកគេមានឱកាសក្នុងការស្នើសុំជំរឿនដែលធ្វើឲ្យមានកង្វល់ក្នុងចិត្ត និងទទួលបាននូវ បទពិសោធន៍ល្អៗពីសមាជិកចាស់ៗជាមួយនឹងកម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា ។

**២៥. តើខ្ញុំអាចនាំសាច់ញាតិ ឬមិត្តភក្តិមកចូលរួមកិច្ចប្រជុំ អេ.អេបានដែរឬទេ ?**

ក្រុមភាគច្រើនតែងតែស្វាគមន៍ចំពោះអ្នកដែលចាប់អារម្មណ៍នឹង អេ.អេ អាចចូលរួមកិច្ចប្រជុំចំហបាន ទោះបីជាអ្នកនោះជាសមាជិក ឬមិនមែនជាសមាជិកអេ.អេក៏ដោយ ។

ជាពិសេសគេចង់ឲ្យអ្នកចំណូលថ្មីនាំប្តី ប្រពន្ធ ឬមិត្តភក្តិមកចូលរួមកិច្ចប្រជុំដែរ ពីព្រោះអាចជួយឲ្យគេយល់ កាន់តែច្បាស់ពីកម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា ដែលជាកត្តាសំខាន់ជួយដល់អ្នកញៀនក្នុងការផ្តាច់ស្រាបាន ។ បើប្តី ជាអ្នកញៀនស្រា ប្រពន្ធអាចចូលរួមបាន បើប្រពន្ធជាអ្នកញៀនស្រា ប្តីអាចចូលរួមបាន ទាំងក្នុងការប្រកបគ្នា និងសកម្មភាពផ្សេងៗដើម្បីជួយជាកម្លាំងចិត្តដល់គ្នា ។ សុំរំលឹកថា តាមប្រពៃណីកិច្ចប្រជុំបិទ អនុញ្ញាតឲ្យចូលរួម បានតែអ្នកញៀនស្រាប៉ុណ្ណោះ ។

**២៦. តើសមាជិក អេ.អេ ត្រូវចូលរួមកិច្ចប្រជុំប៉ុន្មានដង ?**

សមាជិក អេ.អេ គ្មានលក្ខខណ្ឌថា ត្រូវតែចូលរួមប៉ុន្មានដងនោះទេ ។ ស្រេចតែការចូលចិត្ត និងតម្រូវការ របស់គេ មិនមែនជាប់ខាតត្រូវតែចូលរួមប៉ុន្មានដងក្នុងមួយឆ្នាំទេ ។ សមាជិកភាគច្រើនលែងកំពុងដោយខ្លួនឯង ឲ្យបានមួយអាទិត្យម្តងដើម្បីចូលរួមកិច្ចប្រជុំ ។ អ្នកខ្លះគិតថាម៉ាអាទិត្យម្តងវាគ្រប់គ្រាន់តាមតម្រូវការគេ ដើម្បីឲ្យ ទំនាក់ទំនងនឹងអេ.អេមានស្ថេរភាព ។ ហើយក៏មានអ្នកខ្លះទៀតចូលរួមរាល់ថ្ងៃ អាស្រ័យលើក្រុមតំបន់ដែលមានកិច្ច ប្រជុំរាល់ថ្ងៃឬអត់ ។ ចំណែកអ្នកខ្លះទៀតលទ្ធផលមិនទៀងទាត់ក៏មានដែរ ។

សំរាប់អ្នកចំណូលថ្មី មិត្តរួមក្រុមលើកទឹកចិត្ត និងឲ្យដំបូន្មានក្នុងការរាប់អានថា “សូមកុំឈប់មកចូលរួម កិច្ចប្រជុំអី” ពីព្រោះសមាជិក អេ.អេ ទាំងអស់ដឹងតាមការពិសោធន៍របស់ខ្លួនថា បើគេខកខានមិនបានចូលរួមកិច្ច ប្រជុំយូរពេក វាជាហេតុអាចនាំឲ្យគេធ្លោះធ្លាយក្នុងភាពប្រក្រតីរបស់ខ្លួនបាន ។ តាមការពិសោធន៍បានឲ្យគេដឹងថា បើគេមិនចូលរួមកិច្ចប្រជុំគេអាចវិលទៅរកការផឹកវិញ ហើយបើគេមកចូលរួមកិច្ចប្រជុំឲ្យបានទៀងទាត់ វាមានភាព ជូស្រាលក្នុងការរក្សាភាពប្រក្រតី ។

ជាពិសេសសំរាប់អ្នកចំណូលថ្មីមានប្រយោជន៍ណាស់ក្នុងការចូលរួមកិច្ចប្រជុំក្រុម ឬបង្កើតទំនាក់ទំនងនឹង សមាជិក អេ.អេ ឯទៀត ឲ្យបានច្រើនអាទិត្យ ឬច្រើនខែដំបូង ចាប់ពីពេលចូលជាសមាជិក ។ ដោយមានឱកាស ច្រើនថែមទៀតដើម្បីជួប និងសមាជិក អេ.អេ ឯទៀតក្នុងការប្តូរបទពិសោធន៍របស់ខ្លួន ហើយអ្នកចំណូលថ្មី អាចយល់កាន់តែច្បាស់ពីកម្មវិធី និងដឹងថាកម្មវិធីនេះមានប្រយោជន៍អ្វីចំពោះខ្លួន ។

មានពេលខ្លះ អ្នកញៀនស្រាសឹងតែគ្រប់គ្នាបានព្យាយាមផ្តាច់ស្រាដោយខ្លួនឯង ។ តែតាមការសាកល្បង របៀបនេះមិនសូវជាបានលទ្ធផលល្អ និងស្តប់ចិត្តប៉ុន្មានទេ ។ តាមការចូលរួមកិច្ចប្រជុំអាចឲ្យអ្នកញៀនទទួលបាន

នូវប្រក្រតីភាពផង និងសប្បាយផង ។ អីចឹងយើងគួរតែនាំគ្នាសាកល្បងចូលរួមកិច្ចប្រជុំដើម្បីឲ្យឃើញពីការពិសោធន៍ទាំងនេះ ។

**២៧.តើសមាជិក អេ.អេ ត្រូវចូលរួមកិច្ចប្រជុំជារាងរាល់អាទិត្យ និងពេញមួយជីវិតដែរឬទេ ?**

មិនចាំបាច់ទេ! ប៉ុន្តែមានសមាជិកម្នាក់បានលើកឡើងថា “មានគ្នាយើងភាគច្រើនចង់ និងត្រូវការចូលរួម” ។ តាមពិតអ្នកញៀនជាមនុស្សពិបាក “ជាមនុស្សក្បាលរឹង” ក្នុងការមិនទទួលយកយោបល់របស់អ្នកដទៃ វាប្រៀបដូចជាការបញ្ជាឲ្យគេធ្វើនេះ ឬធ្វើនោះអីចឹង ។ នៅពេលពួកគេលឺពាក្យថា “ចូលរួមពេញមួយជីវិត” នោះ ចំពោះអ្នកញៀនស្រាមានអារម្មណ៍ថា វាជាបន្ទុកដ៏ធ្ងន់មួយ ។

យើងនៅតែមានចម្លើយដដែលថា យើងមិនចង់ឲ្យគេធ្វើអ្វីដែលគេមិនចង់ធ្វើនោះទេ ។ សមាជិក អេ.អេ មានសិទ្ធិជ្រើសរើសក្នុងការធ្វើតាម អេ.អេ ឬ អត់ ម្យ៉ាងទៀតគេអាចជ្រើសរើសចូលរួមផ្តាច់តាមរបៀប អេ.អេ ក៏បាន ឬអាចជ្រើសរើសតាមរបៀបក្រៅពី អេ.អេក៏បាន ។

អ្វីដែលសំខាន់ចំពោះអ្នកញៀនស្រាក្នុងការចូលរួមកិច្ចប្រជុំ អេ.អេនោះ គឺគេអាចរក្សាភាពប្រក្រតីនៅថ្ងៃនេះបាន មិនមែនថ្ងៃស្អែក ឬអាទិត្យក្រោយ ឬដប់ឆ្នាំខាងមុខទៀតទេ ។ ថ្ងៃនេះជាពេលមួយ មិនមែនម្សិលមិញ មិនមែនជាថ្ងៃស្អែកទេដែលយើងត្រូវឆ្លើយតបក្នុងការកែប្រែនូវអ្វីដែលយើងចង់ឃើញនៅថ្ងៃនេះ ។ កត្តាចំបង គឺយើងអាចរក្សាប្រក្រតីភាពបាននៅថ្ងៃនេះ ។

ដូច្នេះហើយសមាជិក អេ.អេយើង សុខចិត្តធ្វើអ្វីក៏ធ្វើដែរដើម្បីឲ្យប្រាកដថា ខ្លួនទទួលនូវប្រក្រតីភាពបាននៅថ្ងៃនេះ ។ យោងតាមការបកស្រាយខាងលើនេះគេអាចនឹងទៅចូលរួមកិច្ចប្រជុំរហូតក៏វាបាន ។ ការចូលរួមកិច្ចប្រជុំនេះ គិតពីការទទួលភាពប្រក្រតីបានតែនៅថ្ងៃនេះ ហើយវាជាមូលដ្ឋានគ្រឹះមួយ ឬក៏ជារបៀបមួយដែលជួយឲ្យយើងមិនគិតថាវាជាសកម្មភាពពេញមួយជីវិត និងមិនមែនជាបន្ទុកដ៏ធ្ងន់ ដែលអាចឲ្យយើងទទួលយកបាន ។ (យើងគួរត្រេកអរនឹងអ្វីដែលយើងទទួលបាននៅថ្ងៃនេះ កុំរំពឹងពីអ្វីដែលនឹងកើតឡើងនៅថ្ងៃស្អែក)

**២៨.តើខ្ញុំអាចរកពេលចូលរួមកិច្ចប្រជុំ និងសកម្មភាពអេ.អេ ព្រមទាំងទាក់ទងនឹងអ្នកញៀនឯទៀតបានយ៉ាងដូចម្តេច ?**

កាលនៅដឹក ពេលវេលាធ្វើអ្វីផ្សេងមិនសំខាន់ទេ អ្វីដែលសំខាន់នោះ គឺឲ្យតែមានពេលដឹកទៅបានហើយ ។ អ្នកចំណូលថ្មី អេ.អេ ដំបូងៗឡើយមានការស្រងាកចិត្តបន្តិច ពេលដឹងថាត្រូវចំណាយពេលច្រើនដើម្បីអាចទទួលប្រក្រតីភាពបាន ។ ពេលគេទទួលភាពប្រក្រតីធម្មតាវិញហើយ គេចង់ស្តារពេលវេលាដែលបាត់បង់ដោយសារការដឹក ។ គេមានភាពស្មោះស្មាភ្នំក្នុងការធ្វើឲ្យឡើងវិញ ដោយយកពេលវេលាសប្បាយជាមួយគ្រួសារ ជួយធ្វើការនៅវិហារ ឬវត្ត និងបំពេញកិច្ចការជាពលរដ្ឋល្អម្នាក់ក្នុងសង្គមជាដើម ។ អ្នកចំណូលថ្មីអាចសួរខ្លួនឯងថា តើជីវិតក្នុងភាព

ប្រក្រតីឡើងវិញគឺជាអ្វី? គាត់អាចឆ្លើយដោយខ្លួនឯងបានថា “ ជីវិតក្នុងភាពប្រក្រតីគឺជាជីវិតមួយដែលពេញ បរិបូណ៌ និងត្រូវការរយៈពេលដ៏សមស្រប។”

មួយទៀតអេ.អេ មិនមែនជាថ្នាំគ្រាប់ដែលចេះតែអាចលេបបានទេ។ យើងគួរតែគិតមើលដែរថា តាមការ ពិសោធន៍របស់អ្នកដែលទទួលបានជោគជ័យតាមរយៈការធ្វើតាមកម្មវិធី អេ.អេ ទាំងក្រុមបុរស ស្ត្រីដែលរកឃើញ ភាពជោគជ័យ និងស្តាប់ចិត្តនឹងភាពប្រក្រតីខ្លួន ពីព្រោះពួកគេសុទ្ធតែជាអ្នកទៅចូលរួមកិច្ចប្រជុំបានយ៉ាង ទៀងទាត់ ព្រមទាំងយកចិត្តទុកដាក់ចូលរួមសកម្មភាពក្រុមផ្សេងៗជាច្រើនដង ហើយនិងមិនស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការជួយអ្នកញៀន ស្រាងទៀតដែរ។ ពួកគេនឹកចាំពី វិប្បដិសារីកើតឡើងក្រោយក្រោកពីគេងនាពេលព្រឹកដែលនៅមានជាតិមេស្រវីង កំពុងតែធ្វើទុក្ខគេ និងការខ្លះខ្លាយពេលវេលារបស់ពួកគេជាមួយតែការស៊ីផឹកក្នុងបារប្រៀប្បាឱន ដែលជាហេតុនាំ ឲ្យបាត់បង់ការងារ និងសម្បត្តិចុះខ្សោយ។

ការចងចាំទាំងនេះបានធ្វើឲ្យយើងចេះថ្លឹងថ្លែងទៅលើ ការចំណាយពេលវេលាឥតប្រយោជន៍យ៉ាងយូរ ជា មួយនឹងការផឹក ហើយនិងចំណាយពេលវេលាទាំងកំលាំងកាយចិត្តជាមួយនឹង អេ.អេ ទោះបីជាឃើញថាហាត់ បន្តិចក៏ពិតមែន ប៉ុន្តែឲ្យជាប្រយោជន៍ មិនឲ្យយើងខាតទេ។

**២៩.តើអ្នកចំណូលថ្មីអាចចូលរួមជាមួយ អេ.អេ ដែលនៅក្រៅស្រុករបស់ខ្លួនបានដែរឬទេ ?**

ជួនកាលអ្នកដែលសួរសំណួរនេះ មានហេតុផលត្រឹមត្រូវ ព្រោះគេមិនចង់ឲ្យអ្នកជិតខាងខ្លួនដឹងថា គេជា អ្នកញៀនស្រាទេ។ ឧទាហរណ៍ថា៖ គាត់មានប្រធានដែលមិនដឹងអំពីកម្មវិធី អេ.អេ ជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា ហើយប្រធានគាត់ស្តាប់បុគ្គលិកណាដែលជាអ្នកញៀនស្រាណាស់។ គេសង្ឃឹមយ៉ាងមុតមាំថា ការចូល អេ.អេ ជាមធ្យោបាយតែមួយគត់ ដែលអាចជួយឲ្យគេទទួលបាននូវភាពប្រក្រតីឡើងវិញបាន។ ប៉ុន្តែគាត់ស្ទាក់ស្ទើរមិនចង់ ចូលរួមជាមួយក្រុមនៅក្នុងស្រុករបស់គាត់ទេ។ គាត់ខ្លាចមានគេឃើញ និងយកទៅរាយការណ៍ប្រាប់ប្រធាន។

យើងអាចឆ្លើយតបទៅនឹងសំណួរខាងលើនេះបានថា គាត់មានសិទ្ធិចូលរួមជាមួយក្រុម អេ.អេ នៅទីណា ក៏បានស្រេចតែខ្លួនគាត់ជាអ្នកជ្រើសរើស។ តាមភាពជាក់ស្តែង ការចូលរួមជាមួយក្រុមនៅជិតផ្ទះវាមានភាពងាយ ស្រួលជាងទៅឆ្ងាយពីផ្ទះ។ តាមពិត អ្នកដែលបានមករក អេ.អេ ឲ្យជួយសុទ្ធតែជាអ្នកមានបញ្ហានឹងស្រា បន្ទាប់ពី បានទទួលភាពប្រក្រតីហើយ មានគេដឹងលឺច្រើននាក់ណាស់មិនបាច់និយាយក៏មានគេដឹងដែរ។ អេ.អេយើងជឿថា ទាំងអ្នកជិតខាង និងប្រធានមិនប្រកាន់នឹងការមករកជំនួយពី អេ.អេ ដែលជាប្រភពនៃភាពប្រក្រតីនោះទេ ទោះបី ជាកន្លែងនោះជិតក្តី ឬឆ្ងាយក្តី។

សព្វថ្ងៃនេះ គ្មានអ្នកណាមកបញ្ឈប់ការងារគាត់ ឬមើលងាយ មិនរាប់អានគាត់ និងកាត់គាត់ចេញពីសង្គម ទេ ក្រោយពីគាត់ទទួលបានភាពប្រក្រតីហើយនោះ។ បើតាមការពិសោធន៍នៃសមាជិក អេ.អេ រាប់ពាន់នាក់បាន ណែនាំថា ដំណោះស្រាយដែលល្អជាងគេសំរាប់អ្នកចំណូលថ្មី គឺរកក្រុមណាដែលនៅជិតផ្ទះ ទោះបីជាមានអ្នកណា

គិតអ្វី និយាយអ្វី ធ្វើអ្វី ឬមានប្រតិកម្មយ៉ាងណាកុំទៅខ្វល់! អ្វីដែលសំខាន់គឺការទទួលបាននូវភាពប្រក្រតី ឡើងវិញ។

**៣០. បើខ្ញុំចូល អេ.អេ តើខ្ញុំនឹងបាត់មិត្តភក្តិ និងការសប្បាយដែរឬទេ?**

ចម្លើយល្អជាងគេ តាមការពិសោធន៍របស់ក្រុមបុរស ស្រ្តីរាប់ពាន់នាក់ មុននឹងចូលរួមជាមួយ អេ.អេ ពួកគេ អត់មានភាពសប្បាយរីករាយ និងមិត្តភាពពិតប្រាកដទេនៅពេលដឹក រហូតដល់បានចូលរួមជាមួយ អេ.អេហើយ ទើបគេបានភ្ញាក់រសជាតិ ភាពសប្បាយរីករាយ និងមិត្តភាពពិតប្រាកដ។

អ្នកញៀនស្រាប្រើនាវាបានរកឃើញថា មិត្តល្អ គឺជាមិត្តដែលមានអំណរសាទរ នៅពេលឮមិត្តគេសារភាពថា ខ្លួនមិនអាចគ្រប់គ្រងលើស្រាបានឡើយ។ គ្មានអ្នកណាចង់ឃើញមិត្តខ្លួនទទួលរងទុក្ខវេទនាទេ។

សំខាន់ឥឡូវយើងមានសមត្ថភាពចេះប្តឹងថ្លែងពីមិត្តភាពពេលនៅដឹក និងមិត្តភាពពិតក្រោយពេលផ្តាច់ ហើយ។ សំរាប់អ្នកដឹកមានមិត្តភក្តិតែពេលដឹក “គ្មានស្រាគ្មានមិត្តភក្តិ”។

សមាជិកថ្មីរបស់ អេ.អេ ពេលដំបូងៗ គេអាចនឹកមិត្តភក្តិបានៗរបស់គេ ប៉ុន្តែបន្តិចក្រោយមកទៀត មិត្តភក្តិ អេ.អេយើងនឹងក្លាយជាមិត្តភក្តិដ៏ល្អរបស់គេវិញ ដែលអាចជួយគេឲ្យទទួលបាននូវស្ថេរភាពក្នុងការផ្តាច់ស្រា។

សមាជិក អេ.អេ យើងមិនចង់ផ្លាស់ប្តូរមិត្តភាព និងភាពសប្បាយរីករាយពិតដែលគេទទួលបាន ហើយវិល ទៅរកភាពសប្បាយ និងមិត្តភាពក្លែងក្លាយដូចកាលពីមុននោះទេ។

**កម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា** ក្រោយពីបានចូលរួមកិច្ចប្រជុំពីរ បីដងរួចមក អ្នកចំណូលថ្មីប្រាកដជាបាន ឮគេនិយាយប្រើនិងអំពី “ជំហានទាំង១២” “ប្រពៃណី១២” “ការអរិយដួល” “សៀវភៅធំ” និងឃ្លាពិសេសៗជា ប្រើទៀតដែលគេនិយមប្រើនៅ អេ.អេ។ សំណួរចម្លើយបន្ទាប់មកនេះ គេពណ៌នាអំពីចរិតលក្ខណៈរបស់ អេ.អេ ហើយប្រាប់ពីហេតុផលនៃការប្រើឃ្លា និងហេតុអ្វីសមាជិកចូលចិត្តលើកឡើងពីឃ្លាទាំងនេះម៉្លោះ។

**៣១. អ្វីជាជំហានទាំង១២?**

“ជំហានទាំង១២” គឺជាខ្លឹមនៃកម្មវិធី អេ.អេ ដែលអាចជួយមនុស្សឲ្យផ្តាច់ពីភាពញៀនស្រាបាន។ នេះជា ទ្រឹស្តីដែលយើងអាចមើលឃើញ ដែលកើតឡើងបានចេញពីបទពិសោធន៍ផ្ទាល់ក្នុងភាពបរាជ័យ និងការក្រោកឈរ ឡើងវិញរបស់សមាជិក អេ.អេមុនដំបូងគេបង្អស់។ ជំហានទាំងនេះពណ៌នាពីអាកប្បកិរិយា និងសកម្មភាពដែល សមាជិកមុនៗជឿថា វាជាផ្នែកដ៏សំខាន់ដែលអាចជួយពួកគេបានក្នុងការចាប់យកភាពប្រក្រតីឡើងវិញ។ ហើយ អេ.អេ យើងមិនទាមទារឲ្យគេ អនុវត្ត និងជឿតាមទាំងស្រុងដែរដោយមិនទាន់ឆ្លងកាត់ការពិសោធន៍នោះទេ មានន័យថា”កុំជឿនិងធ្វើតាមទាំងបិទភ្នែក”។

ជំហានទាំង១២ នេះជា ផ្លូវ ជាដំណោះស្រាយនៃជីវិតមួយ និងជារបៀបរបរនៅដីថ្មីមួយដែលសំខាន់ចំពោះ អ្នកញៀនស្រា ហើយសមាជិក អេ.អេ.យើងយល់ឃើញថាជំហានទាំងនេះចាំបាច់បំផុតក្នុងការរក្សាភាពប្រក្រតី របស់ខ្លួនឲ្យនៅស្ថិតស្ថេរជារៀងរហូតបាន។

នេះជាជំហានទាំង១២ ដែលបានចុះជាលើកដំបូងនៅក្នុងសៀវភៅ “អ្នកញៀនស្រាអាសាមិក” មានដូចតទៅនេះ៖

១. យើងត្រូវទទួលស្គាល់ខ្លួនឯងថា យើងគ្មានអំណាចលើសារជាតិស្រវឹងឡើយ! ហើយយើងក៏មិនអាច គ្រប់គ្រងលើជីវិតយើងបានដែរ។
២. យើងត្រូវជឿថា មានអំណាចមួយ\*ដែលខ្លាំងជាងយើង! ហើយអាចជួយយើងឲ្យរួចផុតពីភាពឆ្គួតវង្វេង បាន។
៣. ចូរធ្វើការសំរេចចិត្ត! អនុញ្ញាត និងថ្វាយឲ្យអំណាចមួយ\*នោះ ធ្វើជាអ្នកកាន់ចង្កូតជីវិតរបស់យើងតាម ការយល់ឃើញ និងជំនឿដែលយើងជឿទុកចិត្ត។
៤. ខ្ញុំត្រូវតែក្រឡេកមើលជីវិតរបស់ខ្ញុំ និងមានចិត្តក្លាហានមើលពីចរិតលក្ខណៈអវិជ្ជមាន ឬចរិតលក្ខណៈ អាក្រក់គ្រប់យ៉ាងដែលមាននៅក្នុងជីវិតរបស់ខ្ញុំ។
៥. សារភាពកំហុសដែលយើងបានធ្វើចំពោះព្រះ ចំពោះខ្លួនឯង និងអ្នកដទៃ។
៦. អ្វីៗទាំងអស់ត្រៀមជាស្រេចឲ្យអំណាចមួយ\*នោះបានដោះស្រាយចរិតលក្ខណៈណាដែលមិនល្អនោះចេញ ។
៧. បន្ទាបខ្លួនចុះចូលចំពោះអំណាចមួយ\*នោះ ហើយសូមឲ្យព្រះអង្គ/លោកដកយកចំណុចអវិជ្ជមាន ដែលមាននៅក្នុងជីវិតរបស់យើង។
៨. ធ្វើបញ្ជីឈ្មោះ អស់អ្នកដែលយើងបានធ្វើខុសចំពោះពួកគេ ហើយសុខចិត្តធ្វើការផ្សះផ្សាជាមួយគេ។ ដោយខ្ញុំស្ម័គ្រខ្លួនឯងថា “តើអ្នកណាខ្លះដែលខ្ញុំបានធ្វើឲ្យគេឈឺចាប់?”
៩. យើងត្រូវធ្វើការផ្សះផ្សាចំពោះអស់អ្នកដែលយើងបានធ្វើឲ្យគេឈឺចាប់តាមលទ្ធភាពដែលយើងអាចធ្វើ ទៅបាន។
១០. យើងត្រូវសញ្ជឹងគិតពីអ្វីដែលយើងបានធ្វើខុស ហើយទទួលស្គាល់ និងព្រមកែប្រែភ្លាម។
១១. ស្វែងរកតាមរយៈការអធិស្ឋាន សមាធិ និងការសញ្ជឹងគិត ដើម្បីអភិវឌ្ឍស្មារតីក្នុងការភ្ជាប់ទំនាក់ ទំនងជាមួយ អំណាចមួយ\* តាមការយល់ឃើញ និងជំនឿដែលយើងទុកចិត្ត ដូចដែលយើងដឹងរួចមកហើយថា៖



ការអធិស្ឋាន ការសមាធិ និងការសញ្ជឹងគិត ជាកំលាំងដ៏អស្ចារ្យមួយដែលអាចជួយយើងឲ្យចាកចេញពីភាព ញៀនបាន។

១២. មានស្មារតីភ្ញាក់រលឹក គឺជាលទ្ធផលនៃជំហាននេះ ដោយយើងព្យាយាមនាំយកសារទាំងទាំងឡាយ ជូនដល់បងប្អូនដែលមានបញ្ហាជាមួយគ្រឿងស្រវឹង ក្នុងន័យដើម្បីឲ្យយើងអនុវត្តតាមគោលការណ៍នេះបានក្នុងគ្រប់ កិច្ចការ ដែលយើងធ្វើ។

**៣២. អ្វីជា ប្រពៃណី១២ ?**

“ប្រពៃណី១២” គឺជាគោលការណ៍ដែលត្រូវបានគេស្នើឡើងដើម្បីធ្វើឲ្យក្រុមនៃសមាគម អេ.អេ រាប់ពាន់ ក្រុមមានបំណងមិត្តភាពល្អ អាចបន្តឲ្យក្រុមមានជីវិត និងរីកដុះដាលរហូត។ ប្រពៃណីទាំងអស់នេះកើតឡើង តាមរយៈបទពិសោធន៍នៃក្រុមតូចៗតាំងពីឆ្នាំដំបូងៗមកម៉្លេះ។

ប្រពៃណី១២នេះមានសារៈសំខាន់ណាស់ចំពោះសមាជិកចាស់ និងសមាជិកថ្មី ដែលជួយរំលឹកឲ្យ ឃើញពីមូលដ្ឋានពិតនៃ អេ.អេ ដែលជាសមាគមសំរាប់បុរស និងស្រីដែលមានគោលបំណងបឋមចង់ទទួលបាន ប្រក្រតីឡើងវិញ និងជួយអ្នកដទៃទៀតក្នុងការផ្តាច់ស្រា។

ប្រពៃណីទាំង១២មានដូចតទៅ៖

១. ត្រូវគិតដល់សុខុមាលភាពរបស់ក្រុម អេ.អេ ជាអាទិភាព។ ការធ្វើឲ្យអ្នកញៀនស្រាម្នាក់អាចទទួលបាន ប្រក្រតីភាពដោយពឹងផ្អែកលើឯកភាព និងសាមគ្គីភាពរបស់ អេ.អេ។
២. មូលដ្ឋានសំខាន់របស់ក្រុម អេ.អេគឺ មានអំណាចមួយ\*ដែលពេញដោយសេចក្តីស្រលាញ់ និងសម្តែងឲ្យ ឃើញតាមរយៈមនសិការនៃក្រុម។
៣. លក្ខណៈចូលជាសមាជិក អេ.អេ មានតែមួយគត់គឺ “មានបំណងចង់ឈប់ផឹកស្រា”។
៤. ក្រុមនិមួយៗមានសិទ្ធស្វ័យភាពផ្ទាល់ លើកលែងតែកុំឲ្យមានបញ្ហាប៉ះពាល់ដល់ក្រុមផ្សេង ឬ អេ.អេ ទាំងមូល។
៥. ក្រុមនិមួយៗ មានគោលបំណងបឋមតែមួយគឺ នាំសាររបស់គេទៅឲ្យអ្នកញៀនស្រាដទៃទៀតដែលត្រូវ ស្រាកំពុងតែឲ្យទុក្ខទោស។
៦. នៅពេលណាក៏ដោយ ក្រុម អេ.អេ មិនគាំទ្រក្នុងការប្រើប្រាស់កម្លី សំណង ឬប្រាក់ឧបត្ថម្ភណាមួយ ឡើយ ហើយក៏មិនឲ្យគេយកឈ្មោះ អេ.អេមកប្រើក្នុងអង្គការ គ្រីស្តាន ឬជាប្រយោជន៍ផ្ទាល់ខ្លួនឡើយ ដោយក្រែង លោទាក់ទងទៅនឹងបញ្ហាលុយកាក់ ទ្រព្យសម្បត្តិ និងកិត្យានុភាពទាំងនេះ អាចធ្វើឲ្យយើងឃ្នាតចេញ ពីគោលបំណងបឋមរបស់ អេ.អេ យើង។

៧. ក្រុម អេ.អេ.យើងត្រូវផ្គត់ផ្គង់ខ្លួនឯងទាំងស្រុងមិនត្រូវទទួលវិភាគទានពីខាងក្រៅទេ ។

៨. សមាគមអ្នកញៀនស្រាអនាមិកគួរតែពឹងលើអ្នកស្ម័គ្រចិត្ត ។ យើងអត់មានបុគ្គលិកជាផ្លូវការទេ ប៉ុន្តែមាន ករណីលើកលែងចំពោះការិយាល័យកណ្តាល អាចជួលបុគ្គលិកបានក្នុងកាលៈទេសៈដ៏ចាំបាច់ ។

៩. ដូច្នោះ អេ.អេ. មិនត្រូវរៀបចំដូចជាអង្គការទេ ។ តែយើងអាចបង្កើតក្រុមប្រឹក្សា ឬគណកម្មាធិការទទួល ខុសត្រូវផ្ទាល់ ចំពោះអ្នកដែលយើងត្រូវបំរើ ។

១០. សមាគមអ្នកញៀនស្រាអនាមិកមិនត្រូវបញ្ចេញមតិចំពោះរឿងខាងក្រៅទេ ហើយក៏មិនត្រូវយកឈ្មោះ អេ.អេ.ទៅប្រើ ឬជជែករកខុសត្រូវជាសាធារណៈណាមួយឡើយ ។

១១. គោលនយោបាយទំនាក់ទំនងជាសាធារណៈរបស់យើងគឺ ផ្អែកលើការទាក់ទាញជាជាងការផ្សាយ ។ យើងត្រូវការរក្សាភាពអនាមិកផ្ទាល់ខ្លួនចំពោះ សារព័ត៌មាន វិទ្យុ និងខ្សែភាពយន្តជាដើម ។

១២. អនាមិកភាពគឺជាមូលដ្ឋានគ្រឹះខាងផ្លូវចិត្តនៃប្រពៃណីរបស់យើងទាំងអស់ ដែលរំលឹកយើងជាដំរីរាប់ថា “យើងត្រូវដាក់គោលការណ៍ជាអត្ថិភាពមុនបុគ្គលិកលក្ខណៈ” ។

**៣៣. ការអិលដួល ឬការលាប់ស្រា គឺជាអ្វី ?**

ពេលខ្លះ បុរស ឬស្ត្រីម្នាក់ដែលមានប្រក្រតីភាពតាមកម្មវិធី អេ.អេ. បានមួយរយៈហើយ ក៏វិលទៅរកការ ស្រវឹងឡើងវិញ ។ នៅ អេ.អេ. បានហៅការធ្វេសប្រហែសនេះថា “ការអិលដួល ឬការលាប់ស្រា” ។ ការនេះអាច កើតឡើងនៅប៉ុន្មានអាទិត្យ ប៉ុន្មានខែដំបូង ឬអាចជាប៉ុន្មានឆ្នាំក្រោយពីការបានទទួលភាពប្រក្រតីហើយ ។

សមាជិក អេ.អេ. សឹងតែទាំងអស់ធ្លាប់ជួបនឹងបទពិសោធន៍មួយនេះ ហើយបានរកឃើញថា ការអិលដួល បែបនេះគឺបណ្តាលមកពីមានហេតុផលជាក់លាក់ច្រើន ។ ពេលខ្លះគេមានចេតនាបំភ្លេចថា គេគឺជាអ្នកញៀនស្រា ហើយជឿជាក់លើខ្លួនឯងពេកក្នុងការគ្រប់គ្រងលើបញ្ហាស្រា ។ ឬមួយក៏គេអាចគេចមិនទៅចូលរួមកិច្ចប្រជុំ ការ ប្រកបគ្នា ឬជួបទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងសមាជិក អេ.អេ.ឯទៀតដែរ ។ ឬអាចមកពីគេរវល់នឹងកិច្ចការរកស៊ីពេក ឬក៏រវល់នឹងកម្មវិធីជប់លាង បុណ្យ ការ ខួប ឡើងផ្ទះជាដើម ។ល។ ដោយសារការរវល់ជាមួយរឿងទាំងអស់នេះពេក គេបានបណ្តោយខ្លួនឲ្យអស់កំលាំងបណ្តាលលឲ្យស្មារតីចុះខ្សោយក្នុងការការពារបញ្ហាដែលកើតឡើងដែលទាក់ទង នឹងផ្លូវចិត្ត ជាហេតុនាំឲ្យគេភ្លេចពីការសំខាន់នៃប្រក្រតីភាព ។

អាចនិយាយបានថា “ការអិលដួល” ភាគច្រើនមិនមែនកើតឡើងដោយឯងៗបានទេ ត្រូវតែមានហេតុផល ដ៏ជាក់លាក់ ។

**៣៤. តើ អេ.អេ. មាន “សៀវភៅសិក្សា” ជាមូលដ្ឋានដែរឬទេ ?**

សមាគមមិត្តភាពយើងមានសៀវភៅបួន ដែលគេទទួលស្គាល់ជាទូទៅថាជា “សៀវភៅសិក្សា”។ សៀវភៅទីមួយគឺ “អ្នកញៀនស្រាអនាមិក” ដែលគេអាចហៅឈ្មោះមួយទៀតថា “សៀវភៅធំ”។ សៀវភៅនេះបានចុះផ្សាយលើកដំបូងនៅឆ្នាំ ១៩៣៩ ហើយបានកែសម្រួលនៅឆ្នាំ ១៩៥៥ និង ឆ្នាំ ២០០១។ សៀវភៅនេះបានកត់រឿងនិងបទពិសោធន៍ផ្ទាល់របស់អ្នកញៀនស្រា៤២នាក់ ដែលមានបញ្ហាប្រហាក់ប្រហែលគ្នានឹងអ្នកញៀនស្រាផ្សេងទៀតដែរ។ ហើយពួកគេក៏ជាអ្នកតំណាងឲ្យអ្នកញៀនស្រាដែលទទួលបានភាពប្រក្រតីនឹងនរជាលើកដំបូងដោយកម្មវិធី អេ.អេនេះ។

សៀវភៅនេះក៏បានកត់ទុកនូវតំណាក់កាល និងគោលការណ៍ដែលបានស្ទើរឡើងដោយសមាជិកមុនដំបូងដែលគេជឿថា អាចជួយដល់ពួកគេច្រើនក្នុងការយកឈ្នះលើបំណងចង់ផឹកស្រា។

សៀវភៅទី២ហៅថា “ជំហានទាំង១២” និង “ប្រពៃណីដប់ពីរ” ផ្សាយនៅឆ្នាំ១៩៥៣។ សៀវភៅនេះជាការបកស្រាយ ជាការយល់ឃើញតាមបទពិសោធន៍ និងជាគោលការណ៍ដែលធ្វើឲ្យសមាជិកនិងក្រុម អេ.អេ អាចបន្តសកម្មភាពបានរហូតមកដល់សព្វថ្ងៃនេះ ដោយលោក បៀល ជាម្នាក់ដែលបានបង្កើតសមាគមនេះឡើង។

សៀវភៅទីបី ហៅថា “អ្នកញៀនស្រាអនាមិកមជ្ឈឹមវ័យ” ផ្សាយនៅឆ្នាំ ១៩៥៧ ជាប្រវត្តិសាស្ត្រដ៏ខ្លីនៃសមាគមមិត្តភាពនារយៈពេល២០ឆ្នាំដំបូង។

សៀវភៅទីបួនគឺ “ដួចដែល លោក បៀលឃើញ” ពីមុនមានឈ្មោះថា “របៀបរស់នៅរបស់ អេ.អេ ដោយលោក បៀល”។ សៀវភៅនេះដកស្រង់ចេញពីអត្ថបទរបស់ លោក បៀល។

សៀវភៅទាំងនេះអាចរកទិញបាននៅតាមក្រុម អេ.អេ ឬក៏អាចកម្មង់ទិញនៅទីក្រុងញូវយ៉កក៏បាន។ ឬអាចទំនាក់ទំនងបានតាមគេហទំព័រ [www.aacombodia.org](http://www.aacombodia.org) ឬ ទូរស័ព្ទ (នៅខ្មែរ) ០៩៦ ៨១ ៨២ ៣២៩។

**៣៥. កម្មវិធី ២៤ម៉ោងគឺជាអ្វី?**

កម្មវិធី២៤ម៉ោង ជាពាក្យមួយសំរាប់ពណ៌នាពីរបៀបដោះស្រាយរបស់ អេ.អេ ដ៏សំខាន់មួយដើម្បីជួយរក្សាបាននូវប្រក្រតីភាព។ សមាជិក អេ.អេ យើងមិនមានការសន្យា ឬស្រូបថាឈប់ផឹកមួយជីវិត ឬតាំងចិត្តថាស្នែកអត់ផឹកទេ។ អេ.អេ រកឃើញថា ទោះបីជាគេត្រៀមឲ្យ អេ.អេ ជួយ និងមានភាពស្មោះត្រង់អាចគេចពីការផឹក ឬមានការសន្យាក្នុងឈប់ផឹកបាននាពេលខាងមុខក៏ដោយ ក៏គេនៅតែនឹងអាចភ្លេចការសន្យាទាំងអស់នេះបាន ហើយវិលទៅរកការផឹកដូចដើមឡើងវិញ។

សមាជិក អេ.អេ ទទួលស្គាល់ថា បញ្ហាធំជាងគេគឺកុំផឹកនៅថ្ងៃនេះអី។ ២៤ម៉ោងក្នុងថ្ងៃនេះ គឺជារយៈពេលតែមួយដែលសមាជិក អេ.អេ អាចទប់ស្កាត់អត់ផឹកស្រាបាន ហើយយើងក៏អត់សន្យាថាផឹកនៅថ្ងៃស្អែកដែរ។ ថ្ងៃម្សិលមិញកន្លងផុតទៅ ហើយថ្ងៃស្អែកក៏មិនដែលមកដល់ដែរ មានតែថ្ងៃនេះ។ សមាជិក អេ.អេរាប់ថ្ងៃនេះ “ខ្ញុំមិនផឹក

សូម្បីតែមួយតំណក់”។ ប្រហែលជាខ្ញុំមានបំណងចង់ដឹកនៅថ្ងៃស្អែក តែរឿងថ្ងៃស្អែក បំភិតនៅថ្ងៃស្អែក ។ សំខាន់ខ្ញុំ មិនដឹកទេក្នុងរយៈពេល២៤ម៉ោងនេះ ។

តាមកម្មវិធី២៤ម៉ោងនេះ សំរាប់អ្នកចំណូលថ្មីនឹងបានឮពាក្យស្លោកសំខាន់បីដែល អេ.អេ តែងតែលើក ឡើងក្នុងកិច្ចប្រជុំ។ ពាក្យទាំងនេះគឺ “ធ្វើការតាមសំរួល” “រស់ដើម្បីសន្តិភាព ឬមិនបង្ករឿងដល់អ្នកណា” និង “ចេះដាក់អត្ថិភាពចំពោះកិច្ចការណាដែលអ្នកត្រូវធ្វើ”។ ពាក្យទាំងនេះក្លាយជាយុទ្ធិសាស្ត្រដែលអាចជួយដោះស្រាយបញ្ហារាល់ថ្ងៃរបស់យើងបាន។ ហើយសមាជិក អេ.អេ ជាច្រើនពឹងលើពាក្យទាំងនេះដើម្បីជួយឲ្យពួកគេអាច ទទួលបានជោគជ័យក្នុងការរស់នៅដោយគ្មានស្រាវជ្រាវ ។

**៣៦. ដើមទំពាំងបាយជូរ អេ.អេ ឬ បណ្តាញព័ត៌មានរបស់ អេ.អេ គឺជាអ្វី?**

ដើមទំពាំងបាយជូរ អេ.អេ គឺជាទស្សនាវដ្តីប្រចាំខែមានទំហំប៉ុនបាទដៃអាចដាក់ហោប៉ៅបាន ដែលជាសារ ចែករំលែកបទពិសោធន៍នៃសមាជិក អេ.អេក្រៅកិច្ចប្រជុំ ដើម្បីជាសាដល់សមាជិក និងមិត្តភក្តិដទៃទៀតចង់ស្វែង យល់។ នេះជាទស្សនាវដ្តីអន្តរជាតិតែមួយគត់របស់សមាគម អេ.អេ ដែលផលិត និងចុះផ្សាយដោយ សមាជិក អេ.អេផ្ទាល់។

ទស្សនាវដ្តីនេះចេញជាវាងរាល់ខែ មាននៅតាមក្រុមជំបន់នៃ អេ.អេ។ ហើយយើងអាចកម្មង់ទិញផ្ទាល់ពី ការិយាល័យកណ្តាលបាន។ តម្លៃជាវប្រចាំឆ្នាំគឺ៣០ដុល្លារ នៅសហរដ្ឋអាមេរិច ហើយនៅកាណាដាក្នុងមួយច្បាប់តម្លៃ ២,៧៥ដុល្លារ។

**៣៧. ហេតុអ្វីក៏ អេ.អេមិនសូវមានប្រសិទ្ធិភាពចំពោះអ្នកខ្លះ?**

ចម្លើយគឺថា កម្មវិធី អេ.អេមានប្រសិទ្ធិភាពចំពោះតែអ្នកណាដែលទទួលស្គាល់ និងសារភាពថា គេគឺជា អ្នកញៀនស្រា និងមានចិត្តចង់ឈប់ដឹកមែនទែន ហើយត្រូវចង់ចាំពីការណ៍ដ៏សំខាន់ជាងគេទាំង២នេះ គ្រប់ពេល។

ធម្មតា អេ.អេ មិនមានប្រសិទ្ធិភាពចំពោះបុរស និងស្ត្រីណាដែលមិនទទួលស្គាល់ខ្លួនឯងទាំងស្រុងថា ជាអ្នកញៀនស្រា ឬមិនមែន និងគេនៅតែមានសេចក្តីសង្ឃឹមយ៉ាងមុតមាំថាគេអាចដឹកធម្មតាដូចគេឡើងវិញបាន។

គ្រូពេទ្យភាគច្រើនមានប្រសាសន៍ថា អ្នកញៀនពិត មិនអាចត្រឡប់ទៅដឹកធម្មតាដូចគេឯងបានទេ។ អ្នកញៀនត្រូវទទួលស្គាល់ពីការពិតនេះ ហើយត្រូវមានបំណងចង់ឈប់ដឹក។

ក្រោយពីទទួលបានភាពប្រក្រតីឡើងវិញមួយរយៈតាមកម្មវិធី អេ.អេហើយ អ្នកខ្លះមានទំនោចង់ភ្លេចថា ខ្លួនជាអ្នកញៀនស្រា ទោះបីជានៅមានអាការៈបង្ហាញថា គេមានជម្ងឺញៀនស្រានៅឡើយក៏ដោយ។ ការទទួលបាន នូវភាពប្រក្រតីឡើងវិញ ពេលខ្លះធ្វើឲ្យគេមានទំនុកចិត្តជ្រុល ហើយចាប់ផ្តើមសំរេចចិត្តសាកល្បងដឹកមួយតយ ឡើងវិញ។ យើងអាចទាយបានថា ចំពោះអ្នកញៀនស្រា លទ្ធផលនៃការដឹកមួយតយឡើងវិញនេះ ជាការទាក់ម៉ួយ ក្នុងការត្រឡប់ទៅដឹកច្រើនឡើងៗ ហើយយ៉ាប់ទៅៗ រហូតធ្លាក់ដល់ស្ថានភាពដូចមុនវិញ។

**សំណួរខ្លះៗពីអ្នកចំណូលថ្មី**

អេ.អេ មានគោលបំណងចំបងតែមួយ គឺឈប់ផឹក ដែលចេញជាលទ្ធផល និងជាប្រយោជន៍ច្រើនយ៉ាង។ នៅខាងក្រោមនេះជាសំណួរខ្លះៗពីអ្នកចំណូលថ្មី។

**៣៨.តើ អេ.អេជួយផ្គត់ផ្គង់ខ្ញុំដែរឬទេ ?**

អ្នកញៀនខ្លះចូល អេ.អេ ដើម្បីឲ្យអេ.អេ ជួយដោះស្រាយបញ្ហាសេដ្ឋកិច្ចរបស់គេ ពីព្រោះពួកគេមានបញ្ហាខាងលុយកាក់ ជំពាក់បំណុល និងបញ្ហាការងារជាដើម។ ហើយគេសង្ឃឹមថា អេ.អេអាចជួយពួកគេបានតាមរបៀបណា មួយដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាជាបន្ទាន់។

កន្លងមក តាមបទពិសោធន៍របស់អេ.អេបានឲ្យដឹងថា អ្នកចំណូលថ្មីមានបញ្ហាខាងសេដ្ឋកិច្ចមែន ប៉ុន្តែវាមិនមែនជាឧបសគ្គក្នុងការឈប់ផឹកស្រាទេ ហើយក៏មិនមែនជារនាំងក្នុងការរកដំណោះស្រាយបញ្ហាសេដ្ឋកិច្ចដែលកើតឡើងមកតែពីការផឹកហ្នួសកំរិតរបស់គេដែរ។

បញ្ហាគ្មានប្រាក់ ឬសេដ្ឋកិច្ចមិនមែនជាឧបសគ្គសំរាប់អ្នកញៀនស្រា ដែលទៀងត្រង់ក្នុងការឈប់ផឹក និងហានប្រឈមមុខចំពោះជីវិតដែលគ្មានស្រា។ នៅពេលណាគេអាចដោះស្រាយបញ្ហាស្រាដែលធំជាងគេបានហើយ បញ្ហាសេដ្ឋកិច្ចនឹងអាចដោះស្រាយបានបន្តិចម្តងៗជាពុំខាន។ ចម្លើយដ៏សំខាន់ចំពោះសំណួរនេះគឺ អេ.អេ មានគោលបំណងតែមួយគឺ ឈប់ផឹក! ហើយគោលបំណងនេះមិនទាក់ទងអ្វីនឹងការឡើងចុះនៃទ្រព្យសម្បត្តិ និងលុយកាក់ឡើយ។

អេ.អេ យើងក៏គ្មានបំរាមហាមមិនឲ្យសមាជិកណាម្នាក់ ក្នុងការអញ្ជើញអ្នកចំណូលថ្មីទៅទទួលទានបាយមួយពេល ឬជូនខោអាវ ឬឲ្យប្រាក់ខ្លីដែរ ព្រោះនេះគឺជាការសំរេចចិត្ត និងជារឿងរបស់បុគ្គល។ ប៉ុន្តែសុំកុំឲ្យអ្នកចំណូលថ្មីយល់ច្រឡំថា អេ.អេជាអង្គការដែលជួយផ្តល់មូលនិធិ ឬជាអ្នកផ្គត់ផ្គង់ឲ្យសោះ។

**៣៩.តើ អេ.អេនឹងជួយខ្ញុំដោះស្រាយបញ្ហាគ្រួសារដែរឬទេ ?**

ស្រាជាមេរោគធ្វើឲ្យមានភាពស្មុគស្មាញ និងជាអ្នកបង្កឲ្យមានបញ្ហា ពីរឿងតូចទៅជារឿងធំ ហើយបង្ហាញឲ្យឃើញពីចរិតលក្ខណៈអាក្រក់ចំពោះគ្នាក្នុងក្រុមគ្រួសារ មិនតែប៉ុណ្ណោះវាបណ្តាលឲ្យមានបញ្ហាសេដ្ឋកិច្ចថែមទៀតផង។

អ្នកចំណូលថ្មី អេ.អេខ្លះដឹងខ្លួនឯងក្លាមថា ខ្លួនជាអ្នកបង្កឲ្យមានភាពរីករវក្នុងក្រុមគ្រួសារ ហើយគេមានបំណង និងរំកើបចិត្តជាខ្លាំងក្នុងការចង់កែកំហុសរបស់ខ្លួន ដើម្បីរស់នៅតាមរបៀបធម្មតារិញជាមួយនឹងអ្នកដែលនៅជិតខ្លួនរបស់គេ។ ចំណែកឯអ្នកខ្លះទៀតវិញ នៅតែតូចចិត្ត ឈឺចិត្តនឹងគ្រួសាររបស់ខ្លួនដោយមានឬមិនមានហេតុផលក៏ដោយ។ អ្នកចំណូលថ្មីដែលធ្វើតាមកម្មវិធី អេ.អេ បានយ៉ាងទៀងទាត់សុទ្ធតែទទួលជោគជ័យក្នុងការផ្សះផ្សាឡើងវិញជាមួយនឹងគ្រួសារដែលទទួលរងការបែកបាក់។ ហើយគេអាចមានបំណងចង់រស់នៅឲ្យកាន់

តែជិតស្និទ្ធជាងមុនក្នុងចំណោមទំនាក់ទំនងនឹងក្រុមគ្រួសារ។ ជួនកាលវាមិនអាចជួសជុលទំនាក់ទំនងដែលបែកបាក់ ហើយបានទ តែយើងនៅតែមានសេចក្តីសង្ឃឹម ថ្ងៃណាមួយយើងអាចធ្វើការផ្សះផ្សាបានបន្តិចម្តងៗតាមយុទ្ធសាស្ត្រ ថ្មីៗតាមតែយើងអាចធ្វើទៅបាន។

តាមការពិសោធន៍បានឲ្យដឹងថា បើសិនអ្នកញៀនស្រាចូលមក អេ.អេ ដោយគ្រាន់តែចង់បំពេញបំណង ចិត្តគ្រួសារ ដោយគ្មានបំណងចង់ឈប់ផឹកស្រាទេនោះ វាពិតជាពិបាកក្នុងការផ្តាច់។ គេត្រូវតែមានបំណងចង់ឈប់ ផឹកមុនបំណងអ្វីៗទាំងអស់។ ជាទូទៅអ្នកញៀនស្រាចូលចិត្តរត់គេចពីបញ្ហាណាស់ ប៉ុន្តែនៅពេលណាពួកគេទទួល បាននូវភាពប្រក្រតី ហើយគេចាប់ផ្តើមឈប់រត់គេច គេនឹងទទួលជោគជ័យក្នុងការប្រឈមមុខដោះស្រាយបញ្ហា ក្នុងការរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេជាមិនខាន។

**៤០.តើអេ.អេមានមន្ទីរពេទ្យ ឬមជ្ឈមណ្ឌលសំរាប់អ្នកញៀនស្រាដែរឬទេ ?**

អេ.អេ គ្មានពេទ្យ ឬមជ្ឈមណ្ឌលសំរាប់អ្នកញៀនស្រាទេ។ តាំងពីដើមមក អេ.អេមិនដែលមានសេវាកម្មផ្នែក ប្រឹក្សាយោបល់ ឬពេទ្យផ្លូវចិត្ត ឬមានគ្លីនិកពិសេសអ្វីដែរ។ ដោយយោងតាមប្រពៃណីរបស់អេ.អេ យើងមិនអាច ផ្តល់សេវាកម្មទាំងនេះបានទេ ហើយយើងក៏មិនមែនជាអ្នកអាជីពជំនាញផ្នែកផ្លូវចិត្តអ្វីដែរ។ អេ.អេមិនចង់ឲ្យគេ យល់ច្រឡំពីគោលបំណងចំបងរបស់ អេ.អេថា យើងជាសមាគមមួយដែលជួយអ្នកញៀនស្រាឲ្យរស់នៅដោយគ្មាន ស្រាបាន។

នៅតំបន់ខ្លះមានគណៈកម្មការដែលសុទ្ធតែជាសមាជិកអេ.អេធ្វើការស្ម័គ្រចិត្តក្នុងការជួយទំនាក់ទំនង និង ជួយយកអ្នកញៀនស្រាដែលមានបញ្ហាសុខភាពខ្លាំងទៅកាន់មន្ទីរពេទ្យដើម្បីទទួលការព្យាបាល។ តែអ្វីដែលពួក គេធ្វើនេះក្នុងនាមជាបុគ្គល មិនមែនជាតំណាងឲ្យសមាគមមិត្តភាព អេ.អេ ទេ។

នៅតំបន់ខ្លះទៀតមានសមាជិក ឬក្រុម អេ.អេ បានសង់ផ្ទះសំរាកជូនជាអត្ថិភាពដល់អ្នកចំណូលថ្មី ដែលចូលរួមក្នុងកម្មវិធីធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រា ពួកគេធ្វើក្នុងលក្ខណៈជាបុគ្គល មិនមែនក្នុងនាមសហគមន៍ទេ។ ម្ចាស់ផ្ទះ ឬអ្នកកាន់កាប់ផ្ទះសំរាកនេះ ពួកគេយល់ច្បាស់ពីបញ្ហានៃជម្ងឺញៀនស្រា ហើយគេតែងតែជួយដល់អ្នក ថ្មីដែលស្ថិតនៅក្នុងតំណាក់កាលដ៏សំខាន់ក្នុងការទទួលយកនូវភាពប្រក្រតី។ ដោយផ្ទះសំរាកនេះមិនទាក់ទងអ្វីនឹង អេ.អេ ទេ ប៉ុន្តែម្ចាស់ផ្ទះសុទ្ធតែជាអ្នកដែលបានជាសះស្បើយឡើងវិញតាមកម្មវិធី អេ.អេ។ ហេតុតែ អេ.អេ ជាចលនាមួយដែលមិនចូលរួមជាដៃគូនឹងអង្គការ ក្រុមហ៊ុន ឬឧស្សាហកម្មណាមួយឡើយ។

**៤១.តើអេ.អេមានរៀបចំកម្មវិធីចំណងមិត្តភាពឲ្យសមាជិកដែរឬទេ ?**

តាមពិតទៅសមាជិក អេ.អេសុទ្ធតែជាអ្នករូសរាយរាក់ទាក់ ចូលចិត្តរាប់អានមិត្តភក្តិដែលជាកត្តាមួយដែល សំខាន់ឲ្យពួកគេក្លាយទៅជាអ្នកញៀនស្រា។ ដោយសារយើងមានចរិតលក្ខណៈនេះហើយ ពេលជួបប្រជុំក្រុមប្រើសតែ មានភាពអ៊ូអរណាស់។

ក្នុងលក្ខណៈជាសមាគម អេ.អេមិនដែលរៀបចំកម្មវិធីជាផ្លូវការឲ្យសមាជិកទេ ព្រោះគោលបំណងតែមួយរបស់ចលនានេះ គឺជួយអ្នកញៀនឲ្យទទួលបាននូវប្រក្រតីភាពវិញ។ នៅកន្លែងខ្លះសមាជិកទទួលខុសត្រូវផ្ទាល់ក្នុងការបង្កើតក្លឹបកំសាន្ត ឬបង្កើតឲ្យមានសកម្មភាពផ្សេងៗសំរាប់សមាជិកក្រុមតំបន់របស់គេ។ តាមទម្លាប់ក្លឹបឬកន្លែងប្រកបគ្នានីមួយៗច្រើនតែឯករាជី អេ.អេ ហើយជាធម្មតាគេប្រយ័ត្នណាស់មិនឲ្យឃើញក្លឹបនេះជាក្លឹបរបស់ចលនា អេ.អេទេ។

បើទោះបីជាគ្មានក្លឹបជួបជុំគ្នាក៏ដោយ គេតែងតែឃើញក្រុមតំបន់នីមួយៗ រៀបចំឲ្យមានការទទួលទានបាយនៅពេលមានបុណ្យខួប ការទៅពិចនិចជាមួយគ្នា និងចូលផ្តាំថ្មីជាដើម។ នៅក្នុងក្រុងធំៗខ្លះសមាជិកក្រុម អេ.អេ មានការជួបជុំបាយថ្ងៃត្រង់យ៉ាងទៀតទាត់ ឬមានការប្រកបគ្នាមិនជាផ្លូវការជាវាងរាល់ចុងសប្តាហ៍ដែរ។

**៤២.តើក្រុមអ្នកជំនាញពេទ្យយល់យ៉ាងម៉េចដែរពី អេ.អេ?**

តាំងពីដំបូងមក អេ.អេត្រូវបានទទួលនូវការរាប់រក និងការគាំទ្រពីសំណាក់វេជ្ជបណ្ឌិតជាច្រើនដែលដឹងនូវកម្មវិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ញៀនស្រានេះ។ ក្រុមនៃវេជ្ជបណ្ឌិតបានធ្វើការវិភាគពី អេ.អេ ជាមួយនឹងក្រុមផ្សេងដែលចង់ជួយអ្នកញៀនស្រាឲ្យឈប់ផឹកនោះ ប៉ុន្តែក្រោយពីបានវិភាគហើយគេដឹងថា យុទ្ធសាស្ត្រក្រុមផ្សេងមិនសូវមានប្រសិទ្ធភាពដូច អេ.អេទេ។ ក្រុមវេជ្ជបណ្ឌិតមិនមែនលើកឡើងនូវចម្លើយតែមួយទេ ប៉ុន្តែគេឃើញថាតាមកម្មវិធី អេ.អេសំរេចបានយ៉ាងល្អរហូតមក ខណៈពេលដែលកម្មវិធីក្រុមផ្សេងវិញទទួលបរាជ័យ។ សព្វថ្ងៃនេះ ក្រុមវេជ្ជបណ្ឌិតបានក្លាយជាសំលេងដ៏ធំក្នុងការជួយគាំទ្រលើកស្ទួយ និងលើកទឹកចិត្តអ្នកជម្ងឺពួកគេឲ្យមករក អេ.អេ នៅក្នុងតំបន់របស់ខ្លួន។

នៅឆ្នាំ១៩៦៧ ក្រុមសមាគមខាងវិជ្ជាពេទ្យបានបញ្ជាក់ថា អេ.អេជាមធ្យោបាយទប់ទល់ដ៏សក្តិសិទ្ធិក្នុងការព្យាបាលជម្ងឺញៀនស្រា។ លោកស្រីវេជ្ជបណ្ឌិត **រូត ហួស្យ** ដែលជាអ្នកជំនាញក្នុងបញ្ហាញៀនស្រានេះ ហើយក៏ជានាយកការិយាល័យប្រឹក្សាជាតិនៃបញ្ហាស្រាដែរ ដោយគាត់បានបញ្ជាក់ថា ចំពោះ អេ.អេ មានរាប់ពាន់ក្រុមសមាជិក និងមានអ្នកញៀនស្រាដែលបានជាសះស្បើយហើយ ៣សែននាក់ (ឥឡូវនេះកើនឡើងដល់ ២លាននាក់ហើយ)។ អេ.អេជាក្រុមមួយដែលមនុស្សជាច្រើនបានជ្រួតជ្រាប។ អេ.អេប្រហែលជាគំរោងតែមួយគត់ដែលអាចជួយព្យាបាលអ្នកជម្ងឺញៀន ដោយអាស្រ័យលើការទទួលស្គាល់របស់ពួកគេ និងការអនុវត្តតាមកម្មវិធី អេ.អេ ដើម្បីទទួលបាននូវភាពប្រក្រតីឡើងវិញបាន។

ខ្ញុំមានការគោរពដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ចំពោះកិច្ចការដែល អេ.អេបានធ្វើដោយមនសិការ និងមានទស្សនៈដ៏អស្ចារ្យក្នុងការជួយគ្នាទៅវិញទៅមក។ ខ្ញុំធ្លៀតឱកាសនេះធ្វើការជួយគាំទ្រដល់ចលនា អេ.អេ គ្រប់កាលៈទេសៈ គ្រប់ទីកន្លែងមិនថាជាសាធារណៈ ឬឯកជនទេ។ លោក Karl Manninger, M.D. Menninger Foundation បានមានប្រសាសន៍ថា ៖

ចំពោះអ្នកញៀនស្រា ការព្យាបាលដែលមានប្រសិទ្ធភាព គឺជាការបង្ហាញឲ្យឃើញពីការរស់នៅដ៏សមស្របមួយរបស់អ្នកញៀនស្រា និងគ្រួសារខ្លួន។ បន្ទាប់ពីគេបានស្វែងយល់ពីកាតិតនេះដោយខ្លួនឯងហើយ ព្រមទាំងមាន

ការប្រស្រ័យទាក់ទងជាមួយនឹងអ្នកដែលមានបទពិសោធន៍ដូចគ្នាថែមទៀត នេះគឺជាប្រកអាចជួយ ព្យាបាលកាន់តែ មានជំនឿចិត្តលើខ្លួនឯងក្នុងការផ្តាច់ស្រា។ ចំពោះលោកវេជ្ជបណ្ឌិតពេទ្យមានផ្លូវតែមួយដែលអាចជួយដល់អ្នក ជម្ងឺដែលមានបញ្ហានឹងស្រាបស់ខ្លួនបាន គឺសហប្រតិបត្តិការជាមួយនឹង អេ.អេ។

Marvin A. Block, M.D. ជាសមាជិកគណកម្មាធិការទទួលបន្ទុកផ្នែកញៀនស្រា និងប្តាំញៀននៃសមាគមវិជ្ជា ពេទ្យអាមេរិកាំង លោកក៏គាំទ្រសមាគមអេ.អេដែរ។

**៤.៣.តើអ្នកដឹកនាំសាសនាយល់យ៉ាងណាចំពោះ អេ.អេ?**

ក្នុងរយៈពេលពីរបីរយឆ្នាំកន្លងមកហើយ អត់ទាន់មានចលនាមហាជនណាដែលទទួលបានការគាំទ្រពីអ្នក ដឹកនាំសាសនាធំៗដូចចលនាអេ.អេទេ។ តាមពិតទៅទាំងវេជ្ជបណ្ឌិត និងអ្នកដឹកនាំសាសនាធំៗ សុទ្ធតែខ្វល់ ពីអ្នកញៀនស្រា។ អ្នកដឹកនាំសាសនាបានស្តាប់លឺពីមហាជនក្នុងការធ្វើសន្យាដោយស្មោះថា ឈប់សេពគ្រឿង ស្រវឹងទៀតហើយ ប៉ុន្តែមិនយូរប៉ុន្មាន(ប្រហែលត្រឹមតែមួយឬពីរម៉ោង ១ឬ២ថ្ងៃ ឬ១អាទិត្យក្រោយ) គេនឹងធ្វើខុស ពីការសន្យារបស់ខ្លួន ពីព្រោះគេមិនអាចគ្រប់គ្រងលើខ្លួនឯងបាន។ ភាពអាណិតអាសូ ការយល់ដឹងនិងការ ជាសំរើនៃផ្នែកសតិរបស់អ្នកដឹកនាំសាសនា ហាក់ដូចជាគ្មានប្រយោជន៍អ្វីសោះក្នុងការជួយដល់អ្នកញៀនស្រា។

យើងមិនមានចម្ងល់ច្រើនទេពី អេ.អេ បើទោះបីជាអេ.អេបានបង្ហាញពីរបៀបរបស់នៅមួយដែលមានភាព ខុសគ្នាពីសាសនាក៏ដោយ ក៏ប៉ុន្តែយើងឃើញអ្នកដឹកនាំសាសនាធំៗ និងសាសនិកទទួលអេ.អេយ៉ាងកក់ក្តៅ ពីគ្រប់មជ្ឈដ្ឋានសាសនា។ ទាំងអស់នេះគឺជាការយល់ឃើញពីអ្នកដឹកនាំសាសនាធំៗកាតិសម័យមុន។

មានប្រវត្តិប្រវត្តិខ្លះៗពីអ្នកដឹកនាំសាសនាគណៈនិកាយកាតូលិក លោកឪពុក ដូលីង ជាបុគ្គលិកនៃប្រវត្តិប្រវត្តិ ប្រឺនវើក (Queen Work ជាប្រវត្តិប្រវត្តិដែលប្រមូលផ្តុំប្រធានបទផ្សេងៗដែលស្តីពីភាពជាអ្នកដឹកនាំនៃគ្រិស្តសាសនា គណៈនិកាយកាតូលិក) គាត់មានឱកាសដ៏ល្អក្នុងការពិនិត្យមើលកិច្ចការចលនាអេ.អេ ហើយគាត់បានឃើញ នូវចំណុចសំខាន់របស់អេ.អេ ក្នុងការទទួលបាននូវភាពប្រក្រតី ដូចជាការចេះគ្រប់គ្រងលើខ្លួនឯង ការបន្ទាបខ្លួន ការចេះជួយអ្នកដទៃ ជាគំរូល្អ និងការផ្លាស់ប្តូររបស់កម្មវិធីកំសាន្តក្នុងសង្គមដែរ។ ក្នុងចលនា អេ.អេ ក៏មានអ្នកកាន់សាសនាចូលរួមជាតំណាងផងដែរ។ គាត់បានលើកឡើងទៀតថា ការអានអត្ថបទ វាមិនមាន ប្រសិទ្ធភាពដូចការដែលយើងបានជួបសមាជិក និងចូលរួមប្រជុំអេ.អេតែម្តងនោះទេ។ ពីព្រោះយើងអាចឃើញ ដោយផ្ទាល់ពីខ្លួនគេ ពីគ្រួសារគេ ការប្រកបមុខរបរបស់ពួកគេ ការផ្លាស់ប្តូរពីអនាធិបតេយ្យភាពរហូតដល់ទ ទទួលបាននូវស្ថេរភាព និងភាពជោគជ័យ។ ប្រវត្តិប្រវត្តិ ក្រុមជំនុំជំរស់ Living Church ជាគណៈនិកាយ អេសស្តីស្តុបផល Episcopal ។

គ្រឹះមូលដ្ឋានបច្ចេកទេសនៃអ្នកញៀនស្រាអនាមិក គឺពិតជាគោលការណ៍សាសនា ដែលមិនអាចជួយខ្លួន ឯងបានលើកលែងតែយើងជួយអ្នកដទៃ។ សមាជិកបានចាត់ទុកកម្មវិធី អេ.អេជា ការធានារ៉ាប់រងជីវិតរបស់ខ្លួន (ជួយគេដូចជួយខ្លួនឯង) និងជួយឲ្យយើងមានស្ថេរភាព។ តាមគោលការណ៍នេះបានជួយដល់បុរស និងស្ត្រីរាប់



ពាន់នាក់ក្នុងការស្តារឡើងវិញ ទាំងផ្លូវកាយ ផ្លូវចិត្ត វិញ្ញាណ និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ។ ប៉ុន្តែបើគ្មានការព្យាបាល ដ៏មានប្រសិទ្ធភាពនេះទេ គេនឹងអស់សង្ឃឹម ហើយជួបតែសេចក្តីវិនាសអន្តរាយ ការឈឺចាប់ខ្លោចផ្សា។

**៤៤. តើអ្នកណាទទួលខុសត្រូវផ្នែកព័ត៌មានជាសាធារណៈពី អេ.អេ?**

អ្វីដែលគេដឹងពី អេ.អេ មិនមែនតាមការផ្សព្វផ្សាយយោសនាទេ តែយើងឈរលើគោលជំហរក្នុងការ ទាក់ទាញគេបានដោយអាស្រ័យលើការនិយាយតៗគ្នាគឺព្រឹត្តិមានតម្លៃទៅមាត់មួយ។

អេ.អេមិនដែលផ្សាយយោសនាដោយខ្លួនឯងទេ តែយើងអាចផ្តល់ជាសារជូនដល់សារព័ត៌មាន ដូចជាវិទ្យុ ទូរទស្សន៍ និងភាពយន្តជាដើមអំពី វិធីជួយធ្វើឲ្យបាត់ភ្លៀនស្រាដោយរក្សាអនាមិកភាព និងមិនប៉ះពាល់ដល់អង្គការ សាសនាណាមួយឡើយ។

អេ.អេមានគណៈកម្មាធិការផ្តល់ព័ត៌មានជាសាធារណៈ និងក្រុមប្រឹក្សាកិច្ចការទូទៅជាអ្នកផ្តល់ព័ត៌មានពី អេ.អេទាំងថ្នាក់ជាតិ និងអន្តរជាតិ។ ក្រុមតំបន់ក៏មានការរៀបចំឲ្យមានអ្នកតំណាងក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានអំពី អេ.អេ ទុកជាសារដែលអាចជួយអ្នកភ្លៀនស្រាឯទៀតនៅក្នុងសង្គមរបស់ខ្លួន។

អេ.អេមានការអរគុណយ៉ាងជ្រៀលជ្រៅចំពោះមិត្តអ្នករាប់អានយើងទាំងអស់ដែលបានជួយឲ្យចលនាមួយ នេះមានតំលៃ និងឲ្យគេទទួលស្គាល់ដឹងពីប្រសិទ្ធភាពនៃចលនាមួយនេះដែរ។ យើងក៏ដឹងដែរថា អ្នកសារ ព័ត៌មានទាំងអស់គោរពនិងស្មោះត្រង់ក្នុងការរក្សាអនាមិកភាពរបស់អេ.អេដែលជាគោលការណ៍ចម្បងរបស់កម្មវិធី យើង។

ប៉ុន្តែនៅក្នុង អេ.អេ ឬនៅក្នុងកិច្ចប្រជុំអេ.អេមិនមានអនាមិកភាពទេ។ របៀបរបស់នៅថ្មីមួយយើងមិនអាច ពណ៌នាពីរបៀបរបស់នៅ ថ្មីមួយនេះឲ្យបានទូលំទូលាយទាំងអស់បានទេ។ តាមការបកស្រាយ និងរៀបរាប់ខាងលើ ប្រហែលជាមិនអាចឲ្យអ្នកស្តាប់ចិត្តទៅនឹងសំណួរតាមតម្រូវការចង់បានរបស់មនុស្សគ្រប់គ្នាទេ។ ម្យ៉ាងទៀត សេចក្តី រៀបរាប់យ៉ាងលម្អិតនៃកម្មវិធីរបៀបរបស់នៅថ្មីនេះ ពណ៌នាបានតែមួយភាគ១០នៃគុណតម្លៃពីកម្មវិធី អេ.អេ ប៉ុណ្ណោះ។ អេ.អេជាកម្មវិធីនៃរបៀបរបស់នៅថ្មីមួយដែលគ្មានស្រា។ កម្មវិធីនេះជួយបុរស ស្ត្រីរាប់ពាន់នាក់ទទួលបាន នូវភាពជោគជ័យ ដោយពួកគេបានអនុវត្តតាមយ៉ាងទៀងត្រង់ និងស្មោះអស់ពីចិត្ត។ កម្មវិធីនេះជួយដល់មនុស្ស ក្នុងសកលលោកទាំងបុរស និងស្ត្រីគ្រប់ជាន់ថ្នាក់។

កូនសៀវភៅនេះ ប្រហែលជាអាចឆ្លើយសំណួរនិងចង់ដឹងពីអេ.អេដែលបងប្អូនធ្លាប់ចូលរួមនិងសួររួចមកហើយ ដែរ។ ប្រសិនបើបងប្អូននៅមានសំណួរផ្សេងទៀត យើងនៅតែអាចឆ្លើយបាន ឲ្យតែសំណួរនោះទាក់ទងទៅនឹង បទពិសោធន៍ អេ.អេ និងពីបញ្ហាភ្លៀនស្រាដូចដែលបានចុះក្នុងសៀវភៅនេះស្រាប់។ បើបងប្អូនមានសំណួរមែន សូមទាក់ទងផ្ទាល់ទៅក្រុមតំបន់ណាមួយ ឬទំនាក់ទំនងការិយាល័យកណ្តាលក៏បាន។