

ชุดที่ 4 เล่มที่ 4

บุญแรงใจ

นิทานสารพัดจิตใจคุณ!



อย่ายอมแพ้!

ใบไม้สีกลับ

9 เคล็ดลับ ความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาด

3

อย่ายอมแพ้!

4

ใจไม้สีกลิบ

6

9 เคล็ดลับ

ความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาด

9

คนตาบอดชั้นนำ

10

จากใจผู้ปกครอง

กิจกรรมสอนความมุ่งมั่น

12

ข้อควรคิด

ความมุ่งมั่น

เราต่างก็เคยอ่านเรื่องราวเกี่ยวกับผู้คนที่มีความเสี่ยงซึ่งมุ่งมั่นในยามที่ประสบความสำเร็จต้องฟันฝ่าอุปสรรค หรือประสบความสำเร็จ ทั้งๆ ที่ผ่านสภาพการณ์ยากลำบากสุดๆ พวกเราบางคนอาจมีสิทธิพิเศษได้พบปะหรือรู้จักคนเช่นนั้น เมื่อได้ยินเรื่องราวของเขา เราก็ทึ่งใจ และรู้สึกนับถือ

ทว่า มีวีรบุรุษอีกประเภทหนึ่ง ซึ่งไม่ค่อยได้ยินได้ฟังกัน ดังภาพประกอบในเกร็ดความรู้ต่อไปนี้

มีคนกลุ่มเล็กๆ กลุ่มหนึ่ง ในขณะที่สนทนากันก็สรุปว่าผลที่สุดทุกคนจะต้องทำวีรกรรมอะไรสักอย่าง หนึ่งคนหนึ่งหันไปหาหญิงชราที่ดูเป็นคนธรรมดาๆ และสงบเยือกเย็น เขาไม่ทราบว่ามีชีวิตเธอต้องประสบกับโศกนาฏกรรมต่างๆ นานา “แล้วป้าทำวีรกรรมอะไรไว้บ้าง” เขาถามด้วยทরคนะที่คิดว่าตนเองเหนือกว่าอย่างเห็นได้ชัด ทั้งนี้ทั้งนั้นจะมีวีรกรรมอะไรในชีวิตคนเช่นเธอ “ป้าเธอ” เธอกล่าว “ป้าทำวีรกรรมโดยดำเนินชีวิตต่อไป”

พวกเราส่วนใหญ่ประสบปัญหาหรือเผชิญกับความทุกข์ร้อน ไม่ใคร่รายใดก็คราวหนึ่งในชีวิต การมุ่งมั่นไปเสียๆ ด้วยความอดทน เมื่อเผชิญอุปสรรคหรือความยากลำบาก ก็เป็นวีรกรรมยิ่งใหญ่ที่สุด

เรื่องราวจากชีวิตจริงและบทความใน ฤกษ์แจจฉบับนี้ ยืนยันถึงข้อความดังกล่าว ซึ่งเป็นกำลังใจและคำแนะนำที่มีประโยชน์ต่อทุกคน

คณะผู้จัดทำ ฤกษ์แจจ

ฉบับ
ออกแบบ

ชุดที่ 4 เล่มที่ 4
ยูเอม กราฟ

อีเมลล์
เว็บไซต์

contact@thaifamily.org
www.thaifamily.org

Copyright © 2012 by Motivated
สงวนลิขสิทธิ์

อย่าอายอแม่!

โดย เอสซา ไชครอฟสกี

เบนเป็นชายชราผมสีดอกเลา บ้านของเขา อยู่บนเส้นทางที่ฉันไปทำธุระเป็นประจำ เขา กล่าวทักทายอย่างเป็นมิตรเสมอ เมื่อวันเวลา ผ่านไป เรากลายเป็นเพื่อนสนิทกัน เขาเป็นคน ร่าเริงเบิกบาน ฉันจึงชอบคุยด้วย ถึงแม้ว่าเรา จะอายุต่างกันมาก

ฤดูใบไม้ผลิที่ผ่านมา เบนสิ้นลมในท้องน้ำ เขาหายใจหลังหัวกระแทก แรงกระแทกทำให้ หลอดเลือดแตกในสมอง ยังผลให้มีอาการ มึนหัว ปวดศีรษะ และสายตาพร่ามัวบ่อยๆ ตาข้างซ้ายมองไม่เห็น เขาไม่ค่อยมีเรี่ยวแรง

เมื่อหลานสาวเขาโทรมาบอกข่าว ฉันไป เยี่ยมเบนที่โรงพยาบาล ฉันนึกว่าเบนจะ เคร่าไคและหดหู แต่ฉันต้องประหลาดใจ เมื่อเขาทักทายด้วยรอยยิ้ม เบนโบกมือให้ฉันมา ใกล้ๆ อย่างกระตือรือร้นเช่นเคย เขาพูดซ้ำๆ ตะกุกตะกัก เห็นได้ชัดว่าเขาเจ็บปวด ทว่า รอยยิ้มของเบนไม่เคยจางหาย เราคุยกัน สนุกสนาน เบนชอบหัวเราะ และมีอารมณ์ ชื่น เขาร่าเริงแจ่มใสได้อย่างไร เมื่อประสบ อุบัติเหตุที่บั่นทอนสุขภาพเช่นนี้

เบนตะแคงฉัน รวากับทราบบว่าฉันคิดอะไร อยู่ เขากล่าวว่า “เอสซา รู้ไหม พ่อของผม อายุ 100 ปีแล้ว แต่ท่านแข็งแรงกว่าผม เมื่อ ไม่นานมานี้ท่านตกบันได คนส่วนใหญ่ในวัย ท่านคงเสียชีวิตทันที หรืออย่างน้อยก็บาดเจ็บ ถาวร แต่ไม่ใช่พ่อผม! แทนที่จะเป็นเช่นนั้น พ่อลุกขึ้น หันหลังเดินกลับบ้านบันไดทันที”

ฉันอ้าปากค้าง “ผมอาจไม่แข็งแรงเท่ากับพ่อ” เบนกล่าวเสริม “แต่ผมมีจิตใจแข็งแกร่งเหมือน ท่านได้! ผมจะลุกขึ้นอีกครั้ง!”

ขณะที่ฉันเดินทางกลับบ้าน ฉันครุ่นคิด ก็ครั้งที่ไหนที่ฉันก้าวออกไปลองทำอะไรใหม่ๆ เปลี่ยนวิถีชีวิต หรือมุ่งหน้าไปสู่เป้าหมาย แล้ว ก็พลาดพลั้งและล้มลุกคลุกคลาน ก็ครั้งที่ไหนที่ ฉันนอนอยู่กับพื้น และนึกสงสัยว่าฉันมีกำลัง หรือความตั้งใจพอที่จะลุกขึ้นมาลองอีกครั้งหรือ เปล่า ทุกครั้งที่ฉันไม่ยอมแพ้ ฉันพบว่าในส่วน ลึกของจิตใจ ฉันมีพลังกำลังพอที่จะลุกขึ้นมาอีก

ความล้มเหลว ความผิดหวัง และอุปสรรค ต่างก็เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต แต่ฉันปฏิเสธไม่ ยอมให้มันครอบงำฉัน เหมือนที่เบนกล่าววัน นั้นว่า “ตราบเท่าที่ผมยังมีชีวิต ผมมีทางเลือก ที่จะไม่ยอมแพ้!” ❀





ใบไม้ สี่กลีบ

โดย โจ จอห์นสตัน

พมสะสมใบไม้ที่มีสี่กลีบ นี่เป็นงานอดิเรก
เหมือนการถักไหมพรม หรือการเล่นกีฬา
ความเชื่อถือสำหรับผู้สะสมใบไม้ก็คือ แต่ละ
กลีบเป็นสัญลักษณ์แทนบางสิ่ง กลีบที่หนึ่งคือ
ความหวัง กลีบที่สองคือศรัทธา กลีบที่สามคือ
ความรัก และกลีบที่สี่คือโชคกลาง สำหรับผู้ที่
โชคดีส่วนใหญ่ การเจอใบไม้สี่กลีบหมายถึงวัน
ที่โชคดี มีสุขภาพดี หรือแค่ได้ทานขนมอร่อยๆ
สำหรับผมหมายถึงสิ่งล้ำค่าที่สะสมไว้อีกชิ้นหนึ่ง
ผมพบใบแรกเมื่อห้าปีก่อน ผมนั่งอยู่ที่ป้อม
น้ำมันเก่าๆ ก้มหน้าก้มตาด้วยความระมัดระวัง
เมื่อใบไม้ปลิวมาหาผมจากหย่อมหญ้าที่มุงถนน
ใบไม้ส่งยิ้มให้ เป็นสิ่งเดียวที่ยิ้มแย้มในวันที่มืด
ครึ้ม ผมเก็บทิ้งไว้ที่นั่น เพื่อมันจะได้ส่งยิ้มให้
คนอื่นๆ ผมทิ้งมันไว้พักหนึ่ง ถึงแม้ว่าแมลงที่
หัวโหยจะแตะกลีบหนึ่งเป็นรู ผมอดใจไม่ได้จึง
หยิบมา

วันนั้นใบไม้สี่กลีบ เป็นสัญลักษณ์ถึงความ
ยินดี ผมต้องการความยินดีมากเหลือเกิน แต่
ไม่มีโชคกลางที่น่าทึ่งเกิดขึ้นกับผม ผมเอาใบไม้
สอดไว้ในหนังสือเล่มใหญ่ แล้วก็ลืมไป

วันหนึ่งผมเล่าให้เพื่อนบางคนฟัง แล้วก็เอา

ออกมาให้ดู ใบไม้สี่กลีบที่แมลงกัดกินยังยิ้มร่า
หลายคนไม่เคยเห็นใบไม้สี่กลีบมาก่อน แล้ว
ทุกคนอาสาว่าจะหามาให้ผม “สะสม” อีก

หลังจากนั้นเริ่มมีคนเอาใบไม้มาให้ สับดาห์
ต่อมาเจสซีก้าเก็บใบไม้สี่กลีบมาอัดไว้ แล้วเอา
มาฝากผม ซึ่งผมค่อยๆ สอดไว้ในหนังสือ ช่างๆ
ใบอาวุธที่แมลงกัดกิน ซึ่งยิ้มแย้มเช่นเคย
ตลอดสองสามสัปดาห์ต่อมา เพื่อนคนอื่นๆ
เอาใบไม้มาให้อีก ไม่นานนักเรามีใบไม้สี่กลีบ
หลายใบทีเดียว สอดอยู่ในหนังสือ

ผมเองหาได้แค่ใบเดียว

ผมมองหาใบไม้สี่กลีบที่หายากเป็นครั้งคราว
โดยหาตามพื้นหญ้าที่ยังไม่ได้เหยียบย่ำ ผมเจอ
ใบไม้สามกลีบเยะเยะ แม้แต่สองกลีบก็เจอ
ทว่าไม่เจอสี่กลีบ ผมอดไม่ได้ที่จะรู้สึกผิดหวัง
เมื่อเจสซีก้าเอามาให้ทีละสองสามใบ สับดาห์
แล้วสับดาห์เล่า เพื่อให้ “ผม” เก็บสะสมไว้

คาดกันว่ามีใบไม้สามกลีบราวๆ 10,000 ใบ
ต่อใบไม้สี่กลีบหนึ่งใบ ใครจะแข่งขันความ
เสียวเปรี๊ยนนั้นได้

เห็นได้ชัดว่าเจสซีก้าแข่งชนะ

สับดาห์ต่อมาเธอเอาใบไม้สี่กลีบเล็กๆ น่ารัก

น่าเอ็นดู มาให้เจ็ดใบ มันยิ้มแย้มอยู่ในอุ้งมือเธอ แต่ละใบมี
สีกลีบเช่นเคย แต่เล็กกว่าพรรคพวก

ผมบ่นกับตัวเอง เมื่อเอาไปเก็บ ว่าไม่ยุติธรรมเลย ใคร
จะมีเวลาไปเที่ยวหาใบไม้หนึ่งในพัน (เธอเป็นพี่เลี้ยงเด็ก
บ่อยครั้งก็มองหาใบไม้สีกลีบให้ผม ขณะที่เด็กเล่นอยู่ใกล้ๆ
ในสวนสาธารณะ)

ผมหันไปขอบคุณเธอเป็นการใหญ่ ด้วยความจริงใจ ทว่า
ก่อนที่ผมจะพูดอะไร เธอยิ้มอย่างมีเลศนัย และเอาของผาก
ขึ้นพิเศษออกมา เป็นใบไม้ทั้งดงาม เขียวสด มีหกกลีบ

ผมทนไม่ไหวอีกต่อไป เมื่อรับใบไม้หกกลีบมาจากเธอ ผม
อ้อนวอนขอเคล็ดลับจากเจสซีก้า

ผมไม่มีวันลืมถ้อยคำของเธอ

“ฉันไม่มีเคล็ดลับอะไร” เธอยื่นกราน

แล้วทันใดนั้น เธอก็นึกถ้อยคำที่เหมาะสมจะออก เป็น
ความจริงที่กระจ่างแจ้ง ซึ่งจะยังคงเป็นจริง แม้แต่หนึ่งพันปี
นับจากนี้ไป เธอเฝ้าปาก ด้วยดวงตาเป็นประกาย กระซิบ
บอกว่า “ฉันไม่เคยเลิกมองหา”

นับแต่นั้นมาผมพบใบไม้สีกลีบอีกหลายใบ ปัจจุบันนี้ผม
สะสมไว้ในหนังสือ ตั้งแต่ต้นจนถึงบทสุดท้าย เพราะหลักการ
ง่ายๆ ที่ว่า อย่าเลิกมองหา จนกว่าจะเจอใบหนึ่ง

โอกาสหนึ่งในพันทำให้คุณหวาดหวั่นไหม เอดิสันล้มเหลว
สองพันกว่าครั้ง ก่อนที่เขาจะประดิษฐ์หลอดไฟขึ้นมาได้ แต่
อาศัยความสำเร็จครั้งเดียว ก็จุดโลกให้สว่างไสว ใครมีเวลา
เที่ยวหาใบไม้หนึ่งในพัน นี่ขึ้นอยู่กับว่าคุณต้องการรางวัล
มากสักแค่ไหน

ไม่ว่าจะเป็นใบไม้สีกลีบ หรือความสำเร็จ หรือความรักที่
คุณมองหา ขอให้ตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่ล้มเลิก จนกว่าจะคว้า
เป้าหมายไว้ได้ บางทีครั้งต่อไปอาจใช่

บางทีใบไม้สีกลีบอาจไม่ใช่สัญลักษณ์ของสุภาพที่ดี
ความสุข หรือโชคลาภ

ทว่าอาจเป็นสัญลักษณ์ของความพอกเพียร ❀

ยื่นกรานด้วย
ใจแน่วแน่ แล้ว
คุณจะพบว่า
ขีดจำกัดความ
แน่วแน่ของคุณ
เหนือล้ำความ
แน่วแน่ของขีด
ที่จำกัดคุณไว้

— โรเบิร์ต บราวท์

[นักเขียนอิสระชาวอเมริกัน

www.robertbrault.com]



9 เคล็ดลับ ความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาด

ปรับเปลี่ยนจากบทความโดย แอนดรูว์ ที่เว็บไซต์ www.personalhack.com

ความมุ่งมั่นหรือความตั้งใจแน่วแน่ เป็นหัวข้อโดยทั่วไปของการพัฒนาส่วนบุคคล ฉะนั้นผมจะไม่ถกเรื่องความมุ่งมั่นอย่างที่เคยทำกันมา ผมจะถกเรื่องความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาด ปัญหาเกี่ยวกับแง่คิดเรื่องความมุ่งมั่นที่สับสนวุ่นวายกันมา ก็คือความคลุมเครือ

ความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาดคือความตั้งใจแน่วแน่ ซึ่งต้องมีการประเมินผลเป้าหมายและการกระทำแต่ละอย่างเป็นประจำ แล้วตัดสินใจว่าคุณจะดำเนินการต่อไปหรือไม่ เคล็ดลับดังต่อไปนี้ จะให้ความกระจ่างมากขึ้น ในเรื่องความมุ่งมั่นที่ชาญฉลาด

1. ไล่ล่าความปรารถนาที่แท้จริงในใจ

บ่อยครั้งเราไม่ไล่ล่าสิ่งที่เราต้องการจริงๆ เพราะความกลัวหรือไม่มั่นใจ เราลงเอยด้วยการไล่ล่าชีวิตซึ่งเราไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นเป้าหมายของเราเองจริงๆ ทว่า เป็นสิ่งที่สังคมและคนอื่นเห็นว่าเหมาะสม ไม่มีใครอยากมองย้อนหลังไปในชีวิตด้วยความเสียใจ นี่เองคุณถึงต้องไล่ล่าสิ่งที่ใจปรารถนาจริงๆ คุณต้องทำเหมือนเด็กที่ไร้เดียงสา ผู้มองเห็นโลกที่เต็มไปด้วยความเป็นไปได้อย่างไม่รู้ที่สิ้นสุด เมื่อคุณไล่ล่าความปรารถนาที่แท้จริงในใจ คุณก็จะมีแรงจูงใจที่จะดำเนินการจนลุล่วงไป

2. อย่าเข้าใจสับสน ระหว่างลู่ทางกับจุดหมายปลายทาง

เมื่อมีคนถามว่าเราต้องการอะไรในชีวิตนี้ พวกเราส่วนใหญ่มักจะสรุปว่าความสุข บ่อยครั้งสังคมทุนนิยมมักจะเชื่อมโยงเงินไว้กับความสุข ถึงแม้ว่าเงินคือสิ่งที่จำเป็น ก็สำคัญที่จะตระหนักว่าเป็นเพียงลู่ทางไปสู่จุดหมาย ในบั้นปลายเงินไม่มีวันทำให้เรามีความสุข เมื่อเข้าใจข้อนี้ชัดเจนแล้ว เราก็จะตระหนักว่ามีหลายลู่ทางที่นำไปสู่ความสุข ไม่ใช่แค่เงิน ตัวอย่างเช่น การผูกมิตรกับคนที่มองโลกในแง่ดี การมอบคืนให้กับสังคม มีความขอบคุณต่อทุกสิ่งที่มีอยู่ นี่จะช่วยให้เพิ่มพูนคุณภาพชีวิต และทวีความสุขแก่คุณ

3. อย่าล้มเลิกเพราะความเกียจคร้าน

ชีวิตที่สบายและให้ความพึงพอใจ นี่เหมาะที่สุด ชีวิตคือการเดินทาง ไม่ใช่จุดหมายปลายทาง การดำเนินชีวิตที่สบายๆ และเกียจคร้าน จะไม่มีวันให้ความพึงพอใจในบั้นปลาย อันที่จริงแล้ว มักจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ค่อนข้างหดหู่ การดำเนินชีวิตที่มีความสุขและให้ความพึงพอใจ มาจากการทำงานอย่างทุ่มเท

4. อย่าล้มเลิกเพราะความเชื่องช้า หรือเพราะว่าไม่ค่อยคืบหน้า

ถ้าคุณไล่ล่าความปรารถนาที่แท้จริงในใจ ความคืบหน้าไม่ใช่สิ่งสำคัญ อย่างไรก็ตาม จะมีบางครั้งเมื่อคุณคงท้อใจ เพราะความเชื่องช้า หรือเพราะว่าไม่ค่อยคืบหน้า ขอให้ระลึกไว้ว่าในภาพยนตร์ คุณเห็นตัวละครเปลี่ยนทั้งชีวิตในไม่กี่ชั่วโมง แต่ในชีวิตจริง ความคืบหน้าค่อยเป็นค่อยไป ตั้งเป้าที่จะทำความคืบหน้าอย่างสม่ำเสมอ ค่อยเป็นค่อยไป

5. ความสำเร็จอยู่ไกลกว่าที่คิด

ความสำเร็จอาจอยู่แค่เอื้อม แต่ถึงแม้ว่าไม่ได้เป็นเช่นนั้น การไล่ล่าเป้าหมายด้วยความมุ่งมั่น จะช่วยให้เพาะนิสัยที่ดีไปตลอดชีวิต ถ้าคุณล้มเลิกเป้าหมาย คุณจะรู้ได้อย่างไรว่าคุณจะไม่ล้มเลิกเป้าหมาย ข้างหน้า หรือเป้าหมายต่อไป อย่าล้มเลิกจนเป็นนิสัย ถ้าคุณยึดมั่น และพยายามต่อไป คุณก็จะเพาะนิสัยที่มุ่งมั่นด้วยความตั้งใจแน่วแน่

6. ยืดหยุ่นและเต็มใจเปลี่ยนแปลง

อย่าให้เอกลักษณ์หรือภาพพจน์ปัจจุบันของคุณ จำกัดการไล่ล่าเป้าหมาย ขอให้เต็มใจเปลี่ยนแปลง ลองสิ่งใหม่ๆ และเรียนรู้ทักษะใหม่ ขอให้ยอมดูเป็นคนที่ไม่ค่อยฉลาดในบางครั้ง ระลึกไว้ว่าถ้าคุณทำสิ่งเดิมๆ คุณก็จะได้ผลลัพธ์เดิมๆ ดังนั้นการที่จะบรรลุเป้าหมายใหม่ คุณต้องค่อยๆ ทำการเปลี่ยนแปลง และลองสิ่งที่มีผิดแผกแตกต่างไป

7. เริ่มนึกภาพ

การนึกภาพมีพลังมาก ไม่ว่าจะมุ่งมั่นบากบั่นไปให้ถึงเป้าหมายใด ลองหลับตาและเริ่มนึกภาพตัวเองบรรลุผลตามนั้น นึกภาพว่าคุณมีความสุขแค่ไหนกับผลลัพธ์ เช่น คุณได้สำเร็จลดน้ำหนัก นึกภาพตัวเองผอมลง มีน้ำหนักและสัดส่วนพอดี นึกภาพว่าร่างคุณเพรียว เสื้อผ้าใส่กระชับ คุณมีกำลังวังชา คุณมีความมั่นใจ และมีความสุขกับรูปร่างที่น่าทึ่ง นึกภาพคุณประสบความสำเร็จมากขึ้นในชีวิตด้านอื่นๆ เพราะตอนนี้คุณมีความมั่นใจ เนื่องจากบรรลุเป้าหมายในการลดน้ำหนัก ขอให้ทบทวนเป้าหมายเป็นประจำทุกวัน และนึกภาพว่าบรรลุผลตามนั้น

8. เติมความรู้สึกให้กับเป้าหมาย

เป้าหมายเป็นแค่เป้าหมาย ประกอบด้วยสองสามคำ หรือไม่กี่ประโยค อย่างไรก็ตาม เมื่อคุณเติมความรู้สึก ก็จะเริ่มกลายเป็นส่วนหนึ่งในตัวคุณ การบรรลุเป้าหมายนั้นจะกลายเป็นส่วนที่แรงกล้า ในลักษณะนิสัยของคุณ เช่น คุณตั้งเป้าหมายไว้ว่า “ฉันจะหมดหนี้สิน” นี่เป็นเป้าหมายที่บ่งบอกไว้เรียบง่าย เมื่อเติมความรู้สึก จะเป็นเช่นไร “ฉันต้องหมดหนี้ให้ได้ เพราะฉันทนไม่ไหวแล้วที่จะวิตกกังวลตลอดเวลาว่าจะจ่ายเงินกู้หรือบัตรเครดิตยังไง ฉันเบื่อกับการไม่มีเงินลงทุน หรือเก็บออมไว้สำหรับอนาคต โดยที่ต้องเอาเงินไปจ่ายดอกเบี้ยหมด” ยิ่งความรู้สึกมีเหตุผลมากขึ้นเท่าไร ในการบรรลุเป้าหมาย ก็จะส่งผลดียิ่งขึ้นเท่านั้น คุณจะมีแรงกระตุ้นเพื่อทำการเปลี่ยนแปลงที่จำเป็น ในอุปนิสัยและวิถีชีวิต คุณควรทบทวนเป็นประจำ และเติมเหตุผลไว้ด้วย

9. ทบทวนถ้อยคำของ คาลวิน คูลิจ เป็นประจำ

“ไม่มีอะไรในโลกนี้มาแทนที่ความมุ่งมั่น ความสามารถพิเศษก็แทนที่ไม่ได้ มีผู้คนที่มีความสามารถพิเศษแต่ไม่ประสบความสำเร็จอยู่ทั่วไป อัจฉริยะก็แทนที่ไม่ได้ อัจฉริยะที่ไม่ส่งผลตอบแทนก็กล่าวขวัญถึงบ่อยๆ การศึกษาก็แทนที่ไม่ได้ โลกเต็มไปด้วยคนจรจัดที่มีการศึกษา ความมุ่งมั่นและความตั้งใจแน่วแน่เท่านั้น มีพลังไม่รู้ที่สิ้นสุด” ❀

อย่าลืมนึกในการทำ
บางสิ่งที่คุณอดนึกถึง
ไม่ได้เสียที

— บิรนาม

อัจฉริยะประกอบด้วย
แรงบันดาลใจหนึ่ง
เปอร์เซ็นต์ บวกกับ
หยาดเหงื่อแรงงานอีก
เก้าสิบเก้าเปอร์เซ็นต์
— โรเบิร์ต อัลวา เอดิสัน

สิ่งที่สำคัญส่วนใหญ่ใน
โลกประสบความสำเร็จ
โดยผู้ที่ตั้งหน้าตั้งตา
พยายามต่อไป ทั้งๆ
ที่ดูเหมือนว่าไร้ซึ่ง
ความหวัง
— เอล คาร์เนกี

คนมากมายที่ล้มเหลว
ในชีวิต ไม่ตระหนักว่า
เขาจะชนะประสบความสำเร็จอยู่แล้ว ตอนที่
เขาล้มเลิก
— โรเบิร์ต อัลวา เอดิสัน



คนตาบอดชั้นนำ

โดย โอลิเวีย บอเออร์

ฉัน เพิ่งย้ายไปอยู่ที่เมืองวินนิเพก ประเทศแคนาดา ที่อพาร์ทเมนต์ของฉันยังไม่ได้ติดตั้งอินเทอร์เน็ต ฉันจึงไปใช้ระบบออนไลน์ที่ร้านสตาร์บัคใกล้ๆ

พอเดินไปได้ครึ่งทาง ฉันนึกสงสัยว่าลิ้มเอากะเป๋าเงินใส่เป๋ามาด้วยหรือเปล่า จึงคันดู ทันใดนั้นก็รู้สึกว่ามีอะไรทิ่มข้อเท้า ฉันหันหลังโดยไม่ทันได้คิด เพื่อดูว่าใครนะที่ “จู่โจม” ฉัน

ลองนึกภาพดูว่าฉันประหลาดใจแค่ไหน เมื่อเห็นใบหน้าสดใสของชายตาบอด ถือไม้เท้าสีขาว ขอโทษขอโพยเป็นการใหญ่ ภายใต้สภาพการณ์เช่นนี้ ก็ยากที่จะโมโห ชายผู้นั้นกล่าวอะไรอีกสองสามคำ แล้วก็เดินต่อไป

ฉันลิ้มกะเป๋าเงิน จึงกลับไปเอาที่อพาร์ทเมนต์ เมื่อไปถึงร้านสตาร์บัค ฉันคิดคำนึงถึงเหตุการณ์แปลกๆ ดังกล่าว ฉันไม่ได้จดจำตอนที่มืออะไรทิ่มข้อเท้า แต่จดจำภาพชายตาบอดเดินไปตามท้องถนนด้วยความมั่นใจ

ฉันเริ่มนึกถึงชีวิตตัวเอง และสถานการณ์ในปัจจุบัน ฉันเพิ่งย้ายไปยังเมืองใหม่ ห่างไกลจากเพื่อนมิตรและผู้ที่เคยทำงานด้วยกันมาหลายปี ฉันกำลังศึกษาหลักสูตรใหม่ ฉันต้องหางานใหม่ทำ แต่ไม่แน่ใจว่าอยากทำงานอะไร นอกจากนี้ฉันต้องตัดสินใจหลายอย่าง ซึ่งมีกำหนดเวลา ฉันจะจดจ่อกับอะไรดี ฉันทำงานและเรียนไปด้วย จะไหวไหมนะ ฉันควรจะทำลำดับความสำคัญอย่างไรเกี่ยวกับการเงิน นี่สอดคล้องกับเป้าหมายระยะยาวอย่างไร บางเรื่องฉันไม่รู้ด้วยซ้ำว่าจะเริ่มต้นตรงไหน

การเริ่มต้นทำอะไรใหม่ๆ น่าตื่นเต้น แต่ก็รู้สึกไม่ค่อยมั่นคงนัก ดูเหมือนว่าจะมีคำถามมากกว่าคำตอบหลายเท่า

ฉันนึกภาพชายตาบอดคลำทางไปตามถนนในตัวเมืองวินนิเพก เขามองไม่เห็นว่าจะไปทางไหน แต่ก็มุ่งหน้าไปด้วยความมั่นใจ ถ้าเขาหาทางไปไหนมาไหนได้ ฉันบอกตัวเองว่าฉันก็ทำได้เช่นกัน! ❀



กิจกรรม สอนความมุ่งมั่น

โดย ทิพพานี โรเก็จ eHow Contributor

1. เรื่องเล่า

วิธีหนึ่งที่ย่างและรวดเร็ว ในการถ่ายทอดให้เด็กเห็นความสำคัญของความมุ่งมั่น ก็คือ อ่านเรื่องราวที่สอนคุณสมบัตินี้ดังกล่าว ให้เด็กแสดงท่าทางประกอบ ขณะที่คุณอ่านออกเสียง เน้นแนวคิดที่คุณพยายามถ่ายทอด โดยมีภาพระบายสีประกอบแต่ละเรื่อง หรือมีกิจกรรมให้ทำ หลังจากเล่าเรื่องจบแล้ว ตัวอย่างที่นำมาปรับใช้ได้ เช่น “เต่ากับกระต่าย” และ “The Little Engine That Could” (ลิตเติลเอนจิน ขบวนรถจักรแสนสนุก)

2. รวบรวมภาพแอคชั่น

ลองให้เด็กทุกรุ่นทุกวัยทำกิจกรรมศิลปะ เพื่อบ่งบอกความรู้สึกเกี่ยวกับความมุ่งมั่น ในเชิงสร้างสรรค์ แจกกระดาษสีคนละแผ่น ให้เด็กขีดเส้นแบ่งครึ่งหน้ากระดาษ มุมซ้ายด้านบนเขียนว่า “ความมุ่งมั่นเป็นเลิศ!” ส่วนมุมขวาเขียนว่า “ไม่มุ่งมั่น!” หานิตยสารมาให้เด็กเลือกภาพที่น่าสนใจ ซึ่งสะท้อนแนวคิดทั้งสองอย่าง เอาภาพติดไว้บนกระดาษแต่ละด้านตามความเหมาะสม ให้ติดภาพที่ใช้ได้กับทั้งสองด้าน เพื่อบ่งบอกความมีหัวศิลป์ และให้เด็กเขียนด้านหลังกระดาษสองสามประโยค ถึงช่วงเวลาที่เขามีความมุ่งมั่นเป็นส่วนตัว และปรบมือให้กำลังใจ

ช่วยเด็กให้เรียนรู้ความสำคัญและผลประโยชน์ของความมุ่งมั่น ขณะเดียวกันก็ช่วยเขาให้ฝึกวินัย คุณสมบัติสองอย่างนี้ ช่วยให้เด็กพัฒนาความมั่นใจในตนเอง เติบโตเป็นวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่มีความสามารถ ซึ่งทำการตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง ตั้งเป้าหมายเล็กๆ ให้เด็กบรรลุผล และชมเชย เมื่อบรรลุผลตามที่มุ่งหมายไว้ ลองทำแผนภูมิไว้ที่บ้าน เพื่อติดตามการเป็นรางวัล เมื่อเด็กบรรลุผลตามเป้าหมาย จะช่วยกระตุ้นความคิดที่เคลื่อนไหว

3. จัดโชว์เซตหุ่น

เด็กชอบหุ่นกระบอก และชื่นชมการรับข้อมูลจากตัวละครที่เป็นมิตร ในแง่ที่ไม่คาดโทษ ขอให้คว้าโอกาสดังกล่าว โดยจัดโชว์เซตหุ่น ให้เด็กผลัดกันแสดง ทำบทละครที่สะท้อนถึงเรื่องของเด็กที่เผชิญความท้าทายกับสถานการณ์ ทางเลือก หรืออุปสรรคต่างๆ โดยครอบคลุมการที่เขามุ่งมั่น พินิจสถานการณ์ที่ยากลำบาก คุณอาจหาเรื่องเล่าและเนื้อหาให้แรงบันดาลใจ เกี่ยวกับการหัดมีความมุ่งมั่น รวมเรื่องเล่าและตัวละครไว้ด้วย

4. เล่นเกมกีฬา

เกมกีฬาหลายอย่างเปิดโอกาสให้เด็กฝึกคิดปะความมุ่งมั่น และฝึกทักษะที่จะช่วยให้มีความมุ่งมั่น Croquet เป็นเกมหนึ่งที่ต้องใช้ไม้ตีลูกลอดห่วงเหล็กเล็กๆ ที่ปักไว้บนดิน เช่นเดียวกับการตีกอล์ฟ ยิ่งตีน้อยครั้งเพื่อให้ลูกบอลลอดห่วง ก็ยิ่งมีโอกาสชนะมากขึ้น คนแรกที่ตีลูกลอดห่วงทุกอัน และไปเคาะหลักสุดท้ายได้สำเร็จ คือผู้ชนะ เกมนี้ต้องอาศัยสมาธิ ความอดทน และการวางแผนก้าวต่อไปอย่างสุขุม บ่อยครั้งเด็กไม่ตระหนักว่าขณะที่เล่น เขาก็ฝึกความมุ่งมั่นไปด้วย เมื่อลูกบอลไม่ไปในทิศทางที่ตั้งใจไว้ ❀

อ่านข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับกิจกรรมความมุ่งมั่นสำหรับเด็ก ที่ [eHow.com](https://www.eHow.com)

ความมุ่งมั่น

ข้อควรคิด



ข้อแตกต่างระหว่างความมุ่งมั่นกับความหัวรั้น ก็คือ ความมุ่งมั่นมาจากความตั้งใจแรงกล้า ส่วนความหัวรั้นมาจากการไม่ยอมทำตามใคร — เฮนรี วาร์ด บีเชอร์

ลองพิจารณาดวงตราไปรษณีย์ ซึ่งมีประโยชน์ หากยึดมันไปจนถึงจุดหมายปลายทาง — จอห์น บิลลิงส์

ความมุ่งมั่นคือการทำงานหนัก หลังจากเบื่อกับงานหนักที่ทำไปแล้ว — นิเวศ จิงริช

หากฝันหนึ่งสลายเป็นเสี่ยงๆ อย่างกลัวที่จะหยิบชิ้นส่วนหนึ่งขึ้นมา เริ่มต้นใหม่อีกครั้ง — ฟลาเวีย วีดน์

ไม่ใช่ว่าผมฉลาดหลักแหลม แต่เป็นเพราะว่าผมใช้เวลา มากกว่ากับการหาทางแก้ปัญหา — อัลเบิร์ต ไอสไตน์

ผู้คนมักโทษภาวะแวดล้อม สำหรับสภาพที่เขาเป็นอยู่ ผมไม่เชื่อว่าเป็นเช่นนั้น ผู้คนที่ประสบความสำเร็จในโลกนี้ คือผู้ที่ลุกขึ้นมามองหาภาวะแวดล้อมที่เขาต้องการ ถ้าหาไม่พบ เขาก็จะสร้างขึ้นมา — จอร์จ เบอร์นาร์ด ชอว์

หยดน้ำฝนกัดไผ่หินจนกร่อน ไม่ใช่เพราะใช้กำลังรุนแรง หว่าจากการที่ฝนตกลงมาบ่อยๆ — ลูเครเตียส

อย่าท้อใจ บ่อยครั้งกุญแจดอกสุดท้ายจะเปิดล็อกได้ — นิรนาม

คุณเรียนรู้ว่าคุณทำสุดความสามารถได้ ถึงแม้ว่าจะยากลำบาก แม้ในยามที่เหน็ดเหนื่อย และอาจเจ็บปวดเล็กน้อย มีความรู้สึกดีๆ ที่ได้แสดงความกล้าออกมาบ้าง — โจนาแม็ธ

ด้วยความสามารถธรรมดาๆ กับความมุ่งมั่นที่ไม่ธรรมดา ก็บรรลุผลทุกสิ่งได้ — โรมัส ฟอกซ์เวลล์ บักซ์ตัน

เรื่องที่ยากต้องใช้เวลานาน ส่วนเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ต้องใช้เวลานานกว่าอีกหน่อย — อังเดร เอ แจ็คสัน

ความมุ่งมั่นเป็นเครื่องยนต์ ความหวังเป็นเชื้อเพลิง — เฮนรี แจ็คสัน บราวน์ จูเนียร์