

แหล่งพลัง

นิตยสารที่สนใจคุณ!

คุณก่อให้เกิด
ความแตกต่างได้

คุณทำอะไรได้บ้างเพื่อ
ช่วยให้โลกนี้น่าอยู่ขึ้น

ช่วยใครสักคน

อย่าให้ปฏิกิริยาสูญเสีย
จากความรักหยุดที่คุณ

ข่าวและมุมมอง

สุดแล้วแต่ทัศนคติ

ผลสำเร็จในการ

คบหาผู้คน

วิธีขอความร่วมมือ

ฉบับที่ 1

ช่วยใครสักคน

อย่าให้ปฏิกิริยาถูกไขจากความรัก
หยุดที่คุณ.....3

คุณก่อให้เกิดความแตกต่างได้
คุณทำอะไรได้บ้างเพื่อช่วยให้โลกนี้
น่าอยู่ขึ้น.....4

ข่าวและมุมมอง

สุดแล้วแต่ทัศนคติ6

คำตอบต่อคำถามของคุณ
เคล็ดลับในการติดต่อพูดคุย.....8

ผลสำเร็จในการคบหาผู้คน
วิธีขอความร่วมมือ9

เล่าให้ฟังสนุก ๆ
ชี้แจงกว่านั้น!.....10

ความรักหน้าตาเป็นอย่างไร?
ความรักชนิดไหนส่งผลไปได้
ไกลแสนไกล.....11

ข้อควรคิด
กฎแจ่มแจ้งจงใจ12

กรุณาติดต่อเราได้ที่นี่:

ตู้ ป.ณ. 15
ไปรษณีย์ลาดพร้าว
กรุงเทพฯ 10310

คำแปลภาษาไทย ฉบับที่ 1
© 2002 แหล่งพลัง
สงวนลิขสิทธิ์ทั้งสิ้น

บทบรรณาธิการ

ขอต้อนรับสู่แหล่งพลัง!

แหล่งพลังคืออะไร? นิตยสารที่คุณถืออยู่นี้จัดทำขึ้นมาเพื่อตอบสนองสิ่งที่คุณแสวงหา! พรั่งพร้อมด้วยสาระแปลกใหม่ ข้อคิดคำคมจากบุคคลที่มีชื่อเสียงผู้ประสบความสำเร็จ ทั้งเรื่องสั้นจากชีวิตจริงซึ่งจะมอบแรงกระตุ้นและเป็นคำตอบต่อคำถามที่เราข้องใจกันอยู่เสมอ

ทำไมต้องอ่านแหล่งพลัง? มายอมรับกันเถอะว่าเราต่างก็แสวงหาคำตอบบางอย่าง เราชื่นชอบกำลังใจและเนื้อหาสาระที่มีคุณประโยชน์ ต่อประเด็นและสถานการณ์ที่เราประสบในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นที่บ้าน ที่ทำงาน หรือในสังคมส่วนรวม **แหล่งพลัง** มอบเนื้อหาสาระที่มีคุณประโยชน์ และมอบแรงใจให้แก่คุณ ทั้งเปิดโอกาสให้เรียนรู้ทักษะทางด้านสังคม เทคนิคต่างๆ การปรับแนวความคิดและทัศนคติที่จะช่วยให้เกิดข้อแตกต่างในชีวิตของคุณ **แหล่งพลัง** รวมบทความเรื่องการติดต่อพูดคุย มิตรสัมพันธ์ ความเหงา การรับมือกับความบีบคั้น การฟันฝ่าอุปสรรค เหตุการณ์ปัจจุบัน มิตรภาพ ชีวิตคู่ การเป็นผู้ปกครอง เผยอนาคต และเรื่องอื่นๆ นานับประการ!

แหล่งพลังจะช่วยให้คุณได้อย่างไร? เราไม่อาจรับประกันผลสำเร็จในทันที แต่เรารับประกันได้ว่าเมื่อคุณนำหลักการหรือข้อคิดที่เสนอไว้ใน**แหล่งพลัง** ไปปฏิบัติด้วยตัวเอง คุณจะประสบการณ์เปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น คุณจะรู้สึกสมปวรจนมากขึ้นในชีวิตส่วนตัว คุณจะค้นพบว่าคุณมีมิตรสัมพันธ์กับผู้อื่นดีขึ้น คุณจะมีกำลังใจนำมุมมองในแง่บวกต่อชีวิตและต่อประเด็นต่างๆ ที่คุณประสบอยู่มาปรับใช้ให้มากขึ้น

ขอเชิญชวนคุณให้**แหล่งพลัง** นำคุณไปสู่แนวปฏิบัติในแง่บวกวันนี้!

คณะผู้จัดทำ แหล่งพลัง

ช่วยใครสักคน!

– อย่างไม่ปฏิเสธจากความรักที่คุณ

เขาแทบจะมองไม่เห็นสตรีสูงวัยที่ยืนโดดเดี่ยว อยู่ข้างถนน ถึงแม้ว่าจะมองเห็นสลัวๆ เขาก็เห็นได้ว่าเธอต้องการความช่วยเหลือ เขาจึงจอดรถข้างหน้ารถเบนซ์ของเธอ เขาลงจากรถ

รถโกโรโกโสของเขายังคงติดเครื่องอยู่ ขณะที่เขาเดินเข้าไปหาเธอ ถึงแม้เขาจะมีรอยยิ้ม แต่เธอก็วิตกกังวล ไม่มีใครหยุดช่วยเธอตลอดชั่วโมงกว่าที่ผ่านมา เขาจะทำร้ายเธอหรือเปล่า? ทำทางไม่ค่อยปลอดภัย เขาคูยกจนและหิวโหย เขาเห็นได้ว่าเธอยืนหวาดหวั่นอยู่ในความหนาวเย็น เขาทราบว่าเขารู้สึกอย่างไร มีแต่ความกลัวที่นำมาซึ่งความเยือกเย็น เช่นนั้น เขากล่าวว่า "ผมมาช่วยครับคุณนาย ไปนั่งคอยในรถก็ได้ครับ จะได้อบอุ่น อ้อ, ผมชื่อไบรอันครับ"

แต่อย่างเบนเท่านั้นเอง แต่สำหรับสตรีสูงวัย นั้นก็แย่มากพอแล้ว ไบรอันคลานเข้าไปใต้รถ มองหาที่วางแม่แรง ข้อมือเขาถลอกครั้งสองครั้ง ไม่นานนัก เขาก็เปลี่ยนยางรถเสร็จ แต่เขาต้องเปราะเปื้อน และมือเจ็บ

ขณะที่เขาขั่นน็อต เธอหมุนกระจกหน้าต่างรถลง และเริ่มคุยกับเขา เธอบอกเขาว่าเธอมาจากเซนต์หลุยส์ เธอเพียงผ่านมาทางนี้ เธอไม่ทราบว่าจะขอบคุณเขาอย่างไรที่ช่วยเธอ ไบรอันเพียงแต่ยิ้ม ขณะที่ปิดกระโปรงท้ายรถของเธอ

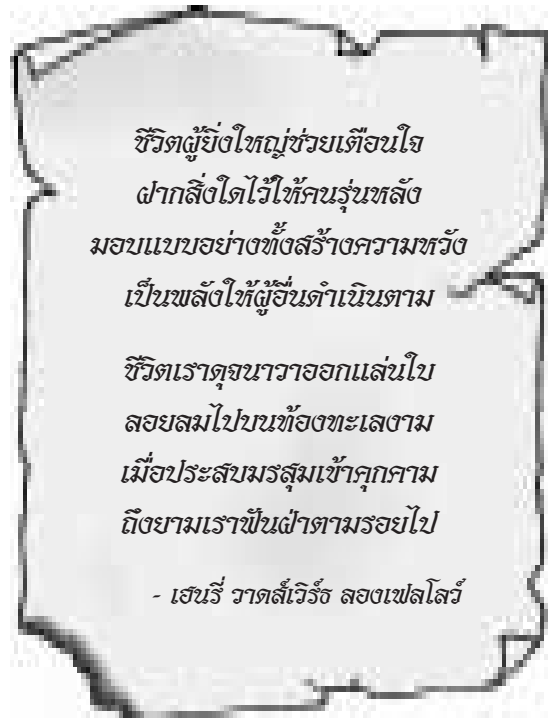
เธอถามว่าเป็นหนี้เขาเท่าไร เธอคงยอมจ่ายจำนวนเท่าไรก็ได้ เธอนึกในใจถึงสิ่งเลวร้ายที่อาจเกิดขึ้นกับเธอ หากเขาไม่หยุดช่วย ไบรอันไม่เคยนึกถึงเงินเลย นี่เป็นการช่วยเหลือผู้ที่คับขัน พระเจ้าทราบว่ามีคนมากมายที่เคยหยิบยื่นความช่วยเหลือให้แก่เขาในอดีต เขาทำเช่นนั้นมาตลอดชีวิต เขาจึงไม่เคยคิดว่าจะทำอย่างอื่น

เขาบอกเธอว่าถ้าต้องการตอบแทนเขาจริงๆ

คราวหน้าถ้าเธอเห็นใครต้องการความช่วยเหลือ ขอให้เธอช่วยบุคคลผู้นั้นตามที่จำเป็น ไบรอันกล่าวเสริมว่า "และนี่ถึงผม" เขาคอยจนเธอติดเครื่องรถและขับจากไป วันนั้นอากาศหนาวและน่าหดหู่ใจ แต่เขารู้สึกสบายใจ ขณะที่ขับรถกลับบ้านลับตาไปในยามพลบค่ำ

สองสามไมล์ถัดไปสตรีผู้นั้นเห็นร้านอาหารเล็กๆ เธอจึงเข้าไปหาอะไรทานและพักให้หายหนาวสักหน่อย ก่อนที่จะเดินทางกลับบ้านในช่วงสุดท้าย ร้านอาหารนั้นมอซอ ข้างนอกมีเครื่องปัมน้ำมันเก่าๆ สองเครื่อง เธอไม่คุ้นกับภาพที่เห็น เครื่องคิดเงินเหมือนกับโทรศัพท์ที่ไม่ค่อยทำงาน เพราะไม่ส่งเสียงมากนัก

อ่านต่อหน้า 10



ชีวิตผู้ยิ่งใหญ่ช่วยเตือนใจ
ฝากสิ่งใดไว้ให้คนรุ่นหลัง
มอบแนวอย่างสูงสร้างกรรมหวัง
เป็นพลังให้ผู้อื่นดำเนินตาม
ชีวิตเราดูจนราวออกแสงไข
ลอมลมไปบนท้องทะเลงาม
เมื่อประสบมรสุมเข้าทุกยาม
ถึงยามเราฝันฝ่าตามรอยไป

- เสนีย์ วาดสีวิรัช ลอองเพลโลว์

คุณ ก่อให้เกิด

โดย เดวิด ฟอนเทน

คุณเคยรู้สึกท้อแท้ใจและรู้สึกอยากล้มเลิกหรือเปล่า? คุณเคยสิ้นหวัง และรู้สึกว่าคุณไม่มีอำนาจใดๆที่จะก่อให้เกิดความแตกต่างหรือเปล่า? เราหวังว่าเรื่องจริงต่อไปนี้จะมอบกำลังใจให้แก่คุณ

ย้อนกลับไปเมื่อปี ค.ศ. 1913 มีชายหนุ่มคนหนึ่งอายุประมาณ 20 ปี เดินท่องเที่ยวไปยังชนบทที่ห่างไกลความเจริญ บริเวณนั้นแห้งแล้งและไร้ผู้คนอยู่อาศัย เพราะต้นไม้ถูกตัดไปเกือบหมด เนื่องจากการตัดไม้ทำลายป่า และมีการทำกิจกรรมหนาแน่นเกินไป หนาดินถูกฝนชะเกือบหมด เพราะไม่มีต้นไม้ปกคลุมไว้ ทั้งทั้งเขตกลายเป็นที่โล่งเตียนและแห้งแล้ง

มีการทำไร่ร่น้อยมากเพราะสภาพดินที่แย่มาก หมู่บ้านเก่าแก่ซาร์จูดทรูดโทรม และชาวบ้านส่วนใหญ่จากชนบทแห่งนั้นไปแล้ว แม้แต่สัตว์ป่าก็พากันหนีไปหมด เพราะไม่มีต้นไม้ใหญ่ๆคอยปกป้อง ต้นไม้อ่อนๆจึงลดจำนวนลงไป อาหารก็หายาก และมีธารน้ำเหลืออยู่น้อยมาก

ชายหนุ่มหยุดพักค้างคืนที่กระท่อมหลังเล็กๆของผู้เลี้ยงแกะวัยซราคนหนึ่ง ถึงแม้ว่าผมจะหงอกและอยู่ในวัยห้าสิบกว่าปีแล้ว ก็ยังคงแข็งแรงและบึกบึน ชายหนุ่มพักค้างคืนที่นั่น และเพลิดเพลินกับบรรยากาศไม่ตรีจากผู้เลี้ยงแกะใจดี เขาลงเอยด้วยการพักอยู่กับผู้เลี้ยงแกะเป็นเวลาหลายวัน

ผู้มาเยือนเฝ้าดูด้วยความอยากรู้อยากเห็นว่าผู้เลี้ยงแกะใช้เวลาตอนค่ำคัดเลือกเมล็ดพันธุ์ข้างๆตะเกียง มีเมล็ดจากผลต้นโอ๊ก เฮเซลินัท และลูกเกาลัด ฯลฯ เขาค่อยๆคัดเลือกเมล็ดเหล่านั้นด้วยความระมัดระวัง และแยกเมล็ดที่เสียทิ้งไป เมื่อเขาเสร็จ

งานตอนค่ำ เขาก็เอาเมล็ดพันธุ์ดีๆใส่ไว้ในยาม

เช้าวันรุ่งขึ้น ขณะที่เขาพาแกะออกไปเล็มหญ้า เขาก็ปลูกเมล็ดพันธุ์เหล่านั้นไปตามทาง ขณะที่แกะเล็มหญ้าในบริเวณหนึ่ง ผู้เลี้ยงแกะก็เดินไปหลายก้าว เอาไม้เท้าในมือกระทัดลงบนพื้นดินเป็นหลุมเล็กๆ แล้วเขาก็หย่อนเมล็ดพันธุ์ลงไปและใช้เท้าเขี่ยดินกลบ แล้วเขาเดินไปอีกหลายก้าว เอาไม้กระทัดดินที่แห้งผากและหย่อนเมล็ดลงไปอีก เขาใช้เวลาตลอดวันเดินไปทั่วเขตนั้น ขณะที่แกะเล็มหญ้า แต่ละวันเขาจะเดินไปตามบริเวณต่างๆ ในแถบที่มีต้นไม้ขึ้นน้อย เพื่อปลูกเมล็ดพันธุ์

ขณะที่เฝ้าดู ชายหนุ่มสงสัยว่าผู้เลี้ยงแกะพยายามทำอะไรอยู่ ในที่สุดเขาก็เอ่ยปากถาม "เอ้อ, พ่อหนุ่ม" ผู้เลี้ยงแกะตอบ "ผมกำลังปลูกต้นไม้"

"แต่ปลูกไปทำไมครับ?" ชายหนุ่มผู้มาเยือนถาม "ต้องใช้เวลาหลายปีต้นไม้เหล่านี้ถึงโตพอที่จะมีประโยชน์ต่อคุณลุงได้! คุณลุงอาจไม่ได้อยู่ทันเห็นมันเติบโต!"

ผู้เลี้ยงแกะตอบ "จริงอยู่ แต่วันหนึ่งข้างหน้ามันจะมีประโยชน์ต่อใครบางคน และช่วยฟื้นฟูผืนดินที่แห้งแล้งแห่งนี้ ลุงอาจจะไม่มีวันได้เห็น แต่บางทีลูกหลานของคุณลุงได้เห็น"

ชายหนุ่มตั้งใจกับการที่ผู้เลี้ยงแกะมองเห็นการณ์ไกล มีวิสัยทัศน์ และไม่เห็นแก่ตัว เขาเต็มใจเตรียมผืนดินไว้ให้กับคนรุ่นหน้า ถึงแม้ว่าเขาอาจจะไม่มีวันเห็นผล หรือได้เก็บเกี่ยวผลประโยชน์ด้วยตัวเอง

ยี่สิบปีต่อมา เมื่อเขาอายุได้สี่สิบปีกว่าๆ นักเดินทางผู้นี้กลับไปเยี่ยมที่นั่นอีกครั้ง เขาต้องตกตะลึงกับสิ่งที่ได้เห็น หุบเขากว้างใหญ่ปกคลุมไปด้วยป่า

ธรรมชาติที่งดงาม ซึ่งเต็มไปด้วยต้นไม้หนาพันธุ์ ถึงแม้จะเป็นต้นไม้ที่อ่อนอยู่ แต่ก็ยังเป็นต้นไม้ สิ่งมีชีวิตเบ่งบานและงอกงามไปทั่วหุบเขา! ภูเขาเขียวชอุ่มขึ้น มีพุ่มไม้ และสัตว์ป่ากลับมาอยู่อาศัย ผืนดินชุ่มชื้นขึ้นอีกครั้ง ชาวไร่ชาวนาเพาะปลูกพืช ผลกันอีก

เขาสงสัยว่าเกิดอะไรขึ้นกับผู้เลี้ยงแกะชราคนนั้น และเขาต้องตั้งใจที่ได้พบว่าผู้เลี้ยงแกะยังมีชีวิตอยู่ ทั้งดูกระปรี้กระเปร่าและร่าเริงเบิกบาน เขายัง คงอาศัยอยู่ในกระท่อมเล็กๆ และยังคงคัดเลือกเมล็ด พันธุ์ทุกค่า

ผู้มาเยือนได้รับทราบว่าไม่นานมานี้ตัวแทนจากรัฐบาลเดินทางมาชมป่าไม้แห่งใหม่ ซึ่งดูราวกับว่าเป็นป่าไม้ธรรมชาติแห่งใหม่ที่มหัศจรรย์ พวกเขาได้รับทราบจากผู้เลี้ยงแกะคนนั้นคนเดียวปลูกป่าแห่งนี้ โดยใช้เวลาหลายปี วันแล้ววันเล่า ขณะที่เขาเฝ้าดูแล ผุ้แกะ เขาหมั่นปลูกต้นไม้หนาพันธุ์ ยังผลให้ทั่วทั้ง หุบเขาปกคลุมไปด้วยต้นไม้เตี้ยๆ และพุ่มไม้ที่งดงาม คณะผู้แทนที่มารู้สึกประทับใจมาก และสำนึกใน บุญคุณต่อผู้เลี้ยงแกะอย่างยิ่ง ในการที่ได้ปลูกป่า แห่งนี้ขึ้นมาใหม่ลำพังคนเดียว จึงมอบเบี้ยบำนาญ พิเศษแก่ผู้เลี้ยงแกะคนนั้น

ชายผู้มาเยือนกล่าวว่าเขาตั้งใจกับการเปลี่ยนแปลง ไม่ใช่เฉพาะต้นไม้ที่งดงามเท่านั้น แต่การ กลิกรรมซึ่งฟื้นฟูขึ้นมา รวมไปถึงสัตว์ป่าที่กลับมาอยู่อาศัย และต้นไม้ใบหญ้าเขียวชอุ่มงดงาม ไร่ นา เล็กๆ เจริญงอกงาม ดูเหมือนว่าหมู่บ้านในบริเวณนั้นกลับ

มีชีวิตชีวาขึ้นมาอีกครั้ง ช่างผิดกันลิบลับจากสมัยที่ เขามาเยือนเมื่อยี่สิบปีก่อน ตอนนั้นหมู่บ้านรกร้าง และทรุดโทรม!

ทว่าปัจจุบันทุกสิ่งทุกอย่างเจริญงอกงาม เพราะ ชายคนเดียวมองการณ์ไกล ขยันหมั่นเพียร มีความ อดทน เสียสละ และสัตย์ซื่อ โดยทำสิ่งที่คนๆหนึ่ง ทำได้ วันแล้ววันเล่า เป็นเวลาหลายปี

คุณอาจนึกถามตัวเองในใจหลังจากอ่านเรื่องนี้ ว่า "แต่ฉันก่อให้เกิดความแตกต่างอะไรได้บ้าง? ฉัน ทำอะไรได้บ้างเพื่อให้โลกน่าอยู่ขึ้น?" จริงอยู่ที่ว่าอาจ ดูราวกับเป็นงานใหญ่หลวงและปัญหาก็ยากเย็นเกิน ไป บางครั้งเราคงอดใจไม่ได้ที่จะรู้สึกที่เราไม่มีความ สามารถมากนัก หรือเราไม่มีปัจจัย แต่มีสิ่งหนึ่งที่เรา ทุกคนต่างก็มี พวกเราแต่ละคนมีแรงชักจูง ทุกคนมี ผลกระทบต่อใครบางคน บุคคลเดียวผู้มีความหวังโย ที่จะปรับปรุงและเปลี่ยนโลกรอบข้างก็อาจมีแรงชักจูง ให้ผู้อื่นทำเช่นเดียวกัน

คุณเริ่มได้ด้วยerkการก่อให้เกิดความแตกต่างใน โลกส่วนที่คุณอยู่ ด้วยการปรับปรุงชีวิตของคุณให้ ดีขึ้น แล้วก็เริ่มก่อให้เกิดความแตกต่างในชีวิตผู้อื่น ในไม่ช้าคุณจะพบว่าสิ่งต่างๆได้รับการปรับปรุงให้ ดีขึ้น และคุณได้ปรับปรุงโลกในส่วนของคุณให้น่าอยู่ ขึ้น ถึงแม้คุณช่วยปรับปรุงเพียงชีวิตเดียว คือชีวิต ของคุณเอง คุณก็ได้ปรับปรุงโลกส่วนหนึ่ง และคุณ พิสูจน์ให้เห็นว่ายังมีหวังที่วันหนึ่งข้างหน้าทุกอย่าง จะได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้น

คุณก่อให้เกิดความแตกต่างได้! ■



ความแตกต่าง ได้!

สุดแล้วแต่...

ทัศนคติ



ารปรับเปลี่ยนทัศนคติ

การมีทัศนคติที่ถูกต้องเป็นรากฐานในการดำเนินชีวิตที่ประสบผลสำเร็จ วันหนึ่งคุณเป็นใครและทำอะไรคือผลลัพธ์จากความคิดและทัศนคติของคุณเมื่อวานนี้ หนทางที่คุณจะดำเนินไปในวันนี้ เป็นไปตามที่ความคิดจิตใจของคุณเบิกทางวันนี้ ความคิดจินตนาการ และความสำเนียงซึ่งตราตรึงในใจคุณเป็นจุดพิมพ์เขียวที่คุณจะใช้ก่อร่างสร้างอนาคตของคุณ

ถ้าคุณต้องการแก้ไขข้อผิดพลาดให้ถูกต้อง ถ้าคุณต้องการช่วยแก้ไขสถานการณ์ในโลกให้ถูกต้อง ถ้าคุณต้องการปรับปรุงตัวใหม่ คุณก็ต้องปรับทัศนคติของคุณให้ถูกต้อง ปรับจิตใจของคุณให้ถูกต้อง คุณเป็นใครและทำอะไร ล้วนแต่เป็นผลผลิตมาจากทัศนคติที่คุณมีต่อชีวิต

เปลี่ยนแปลงให้กลับตาลปัตร

ต่อไปนี่คือกฎแจสำคัญในการเปลี่ยนทัศนคติที่มีต่อชีวิต เราไม่เพียงเปลี่ยนทัศนคติได้เท่านั้น แต่ยังสามารเปลี่ยนทัศนคติต่อทุกสภาพการณ์ได้ด้วย

ามที่ไม่ราบรื่น

ชีวิตของคุณจะไม่ราบรื่น ชีวิตก็เป็นเช่นนี้แหละ มีเหตุร้ายและปัญหานานับประการที่คุณต้องแก้ไข ราวกับหนูที่วิ่งหาทางออกจากค่ายกลซึ่งมีทางเข้าและมีทางออก ทว่าในนั้นมีทางตัน และมีกำแพงที่ต้องฟันฝ่า เมื่อคุณชนกำแพง คุณก็จำต้องเปลี่ยนทัศนคติ ความคิดจิตใจ และท่าทีของคุณให้ถูกต้องเหมาะสม ถ้าคุณไม่ยอมเปลี่ยนทิศทาง คุณก็มีแต่จะเอาหัวชนกำแพงรำไป เพราะกำแพงจะไม่ขยับไปไหน

การเลือกเปลี่ยนชีวิตขึ้นอยู่กับคุณ การแก้ไขสิ่งต่างๆให้ถูกต้องเมื่อผิดไป ก็ขึ้นอยู่กับคุณ พระเจ้ามอบพลังอำนาจเพื่อช่วยให้คุณทำเช่นนั้น

ารงชีวิตอย่างถูกต้อง แม้ทั้งโลกอุทิศไป

สิ่งที่จำเป็นต้องมีคือทัศนคติภายในจิตใจของคุณ ความเชื่อมั่นที่ไม่สั่นคลอน โดยไม่คำนึงว่าสภาพการณ์ในชีวิตจะเป็นเช่นไร ด้วยความช่วยเหลือจากพระเจ้า คุณประสบชัยชนะท่ามกลางความยุ่งยากได้ ถึงแม้ว่าคุณไม่อาจฟันฝ่าไป การมีชัยท่ามกลางความยุ่งยากคือชัยชนะอย่างเดียวกับที่คุณจำเป็นต้องมี

ไม่ว่าคุณจะทำอย่างไรอย่างหนักเพียงใดเพื่อเกลี้ยกล่อมตัวเองให้เชื่อในทางกลับกัน แต่สภาพการณ์ที่คุณประสบอยู่ ไม่ใช่เครื่องตัดสินความสุขและความพึงพอใจในชีวิต ทว่าทัศนคติของคุณต่างหาก

ณปรับเปลี่ยนทัศนคติได้อย่างไร?

คุณหัดยิ้มใจในทุกสถานการณ์ได้อย่างไร? คุณบรรลุผลสำเร็จในเป้าหมายดังกล่าวกว่าที่มีนัยสำคัญในชีวิตได้อย่างไร?

คำตอบนั้นง่ายดาย ขอให้เชื่อว่าคุณสามารถ

ณเปลี่ยนชีวิตให้กลับตาลปัตรได้

เมื่อใดที่คุณเชื่อว่าคุณเปลี่ยนทัศนคติ และหัดยิ้มใจในทุกสภาพการณ์ได้ คุณก็ต้องตัดสินใจว่าคุณจะเปลี่ยน ข้อเท็จจริงมีอยู่ว่าคุณตั้งใจเปลี่ยนได้ คุณเปลี่ยนชีวิตอย่างกลับตาลปัตรได้! คุณตั้งใจทำได้ ไม่ว่าจะคุณต้องการหรือไม่?

เคยมีคนตั้งข้อสังเกตว่า "คนเรามีความสุขได้มากเท่าที่เขาเลือกจะมี!" จริงทีเดียว ใช่ไหม? ในหมู่มนุษย์มากมายหลายประเภท บางคนมักจะมีความสุขมากกว่าคนอื่นเสมอ ทำไมล่ะ? ก็เพราะเขาดำเนินชีวิตอย่างมีความรับผิดชอบมากกว่าคนอื่น ๆ ชีวิตของเขาอยู่ภายใต้การควบคุม เพราะเขายับยั้งซึ่งใจไม่ให้กิเลสมีอำนาจครอบงำ

ารเปรียบเทียบกับชนเผ่าความอึดใจ

ส่วนใหญ่แล้วความอึดใจขึ้นอยู่กับคุณที่สามารถพึงพอใจกับสิ่งที่คุณมี โดยไม่วิตกกังวลว่าคนอื่นจะมีอะไร ชีวิตเต็มไปด้วยเรื่องราวทำนองนี้ คุณคงมีเพื่อนที่รวยได้สูงกว่าคุณ เขามีบ้านหลังใหญ่กว่า และขับรถที่หรูกว่าคุณ (ถึงแม้เห็นได้ชัดว่าคุณฉลาดและมีพรสวรรค์มากกว่าเขา) คุณจะรับมือกับข้อแตกต่างนี้ได้อย่างไร ก็ขึ้นอยู่กับทัศนคติของคุณ ถ้าคุณเปรียบเทียบตัวเองและสถานการณ์ของคุณกับคนอื่นอยู่เสมอ คุณจะทุกข์ใจตลอดเวลา คุณจะมัวแต่สมเพชตัวเอง ซึ่งจะทำให้ลายความสุขและความอึดใจของคุณ แต่คุณเลือกได้ที่จะยินดีกับโชคกลางของคนอื่น แล้วคุณจะใช้ชีวิตอย่างมีความสุขและรื่นเริงยินดี "ไม่ว่าจะอยู่ในสภาพใด"

างกรอบใหม่ ก็วิธีเปลี่ยนแปลง

วิธีหนึ่งที่จะเปลี่ยนความคิดของคุณก็คือวางกรอบการมองสภาพการณ์รอบตัวเสียใหม่

จนคุณสามารถนึกคิดในแง่บวกอย่างมีคุณประโยชน์มากที่สุด ช่างศิลป์สามารถทำให้ภาพที่ดูปกติธรรมดา กลายเป็นภาพใหม่ที่แตกต่างไปอย่างสิ้นเชิง ด้วยการใส่กรอบที่ตกแต่งด้วยสีสันสวยงาม คุณมองดูภาพที่ใส่กรอบใหม่ และคิดว่า "โอโฮ! ฉันไม่เคยเห็นความงามในภาพนั้น จนกระทั่งใส่กรอบแล้ว!" นั่นเป็นพรสวรรค์ของช่างศิลป์ เขาเรียนรู้การจัดวางภาพฝีมือของเขาในรูปแบบที่ดึงดูดความสนใจมากที่สุด ชีวิตที่ใส่กรอบใหม่ได้เช่นกัน! วางกรอบใหม่ให้กับสิ่งต่าง ๆ รอบตัวคุณ จนกระทั่งคุณมองเห็นในแง่ดีเยี่ยมที่สุด

ใช้ให้เป็นประโยชน์ หากไม่ก็จะสูญเสียไป

ถ้าคุณพันแขนพาดไว้กับขาและไม่ใช้งานเลย อีกไม่นานแขนก็จะลีบลงและอ่อนล้า ปลาในถังแมมมอर्थที่อเมริกาตาบอดเพราะมันไม่เคยใช้สายตา เมื่อคุณเลิกฝึกฝนศรัทธา ศรัทธาก็จะหมดไป เมื่อคุณเลิกมีความหวัง ความหวังก็หมดไป นำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ หากไม่ก็จะสูญเสียไป นั่นคือเนื้อหาสำคัญ

เมื่อผมเอ่ยชมภรรยาและลูก ๆ ผมก็มีทัศนคติที่ชื่นชมต่อเขาเพิ่มขึ้น เมื่อผมทำอะไรเป็นพิเศษ เพื่อผลประโยชน์ของคนอื่นมากกว่าของตัวเอง ผมก็มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลผู้นั้นมากขึ้น ดังนั้นขอให้ฝึกฝนคุณสมบัติที่คุณอยากได้ ในไม่ช้าคุณจะพบว่าตัวคุณเองกลายเป็นเช่นนั้น

แสดงท่าทีให้ดีกว่าที่คุณรู้สึก

คงจะวิเศษไม่ใช่หรือถ้าคุณรู้สึกอยากทำสิ่งที่คุณต้องทำเสมอ?

ถ้าชีวิตเป็นเช่นนั้น คุณคงไม่มีปัญหาหนัก แต่หนทางชีวิตเป็นสิ่งเร้นลับ โดยที่คุณมักจะเผชิญหน้ากับสถานการณ์ซึ่งคุณต้องแสดงท่าทีให้ดีกว่าที่คุณรู้สึก บ่อยครั้งที่การทำตามความรู้สึกเป็นเหตุให้คุณละเลยสิ่งสำคัญที่ต้องทำให้เสร็จจูล่วง ง่ายมากที่ความรู้สึกจะระเบิดออกมา โหมโทะโสะ และก่อให้เกิดผลเสียหายที่ตามมา แต่ข่าวดีก็คือคุณสามารถแก้ไขสิ่งต่าง ๆ ให้ถูกต้องได้ เมื่อมีอะไรผิดพลาด โดยการแสดงท่าทีให้ดีกว่าที่คุณรู้สึก

สร้างท่าฉบับคุณทำได้จริง

คุณอาจคิดว่า "การสร้างท่าทำที่ให้ดีกว่าที่คุณรู้สึกเป็นการหน้าไหว้หลังหลอก!" แต่คุณหน้าไหว้หลังหลอกก็ต่อเมื่อคุณหลอกให้คนอื่นคิดว่าคุณเป็นในสิ่งซึ่งคุณไม่เคยตั้งใจที่จะเป็น ในทางกลับกัน การแสดงบนเวทีชีวิตเนื่องจากคุณปรารถนาอย่างจริงใจที่จะทำตามคุณสมบัติอันดีงามของบุคลิกเช่นนั้น มาจากแรงจูงใจที่แท้จริง ไม่ใช่ข้อความหน้าไหว้หลังหลอก

สมาชิกของกลุ่มผู้นำบัตโรคพิษสุราเรื้อรังใช้คำขวัญเพื่อมอบกำลังใจต่อกันให้เลิกสุราได้สำเร็จ ว่า "สร้างท่า

จนคุณทำได้จริง!" คุณแน่ใจได้ว่าเขาไม่ได้ใช้คำว่า "สร้างท่า" ในแง่ที่หน้าไหว้หลังหลอก เขาตั้งใจเลิกสุราให้ได้ เขาตั้งใจสร้างท่าเป็นว่าเขาไม่ต้องการดื่มสุรา เขาทำเช่นนั้นทุกวัน "ทำราวกับว่า"เขาเลิกสุราได้ เขายากขึ้นไปในแนวทางของความมีสติและความสุขุม จนกระทั่งเขาทำได้จริง ๆ

อคอยแรงกระตุ้นอยู่หรือ?

เห็นได้ชัดว่าไม่มีโอกาสเลยที่คุณจะทำในสิ่งที่คุณควรทำ ถ้ามีแต่คอยแรงกระตุ้น

เออร์เนสต์ นิวแมน นักวิจารณ์ดนตรีชาวอังกฤษ กล่าวว่า "นักประพันธ์เพลงผู้ยิ่งใหญ่ไม่ได้เริ่มงานเพราะเขารู้สึกมีแรงบันดาลใจ แต่เขาได้รับแรงบันดาลใจจากการเริ่มทำงาน บีโธเว่น บาร์ค โมซาร์ท จดจ่อกับงานที่วางอยู่ตรงหน้าทุกเมื่อเช้าวิน เช่นเดียวกับพนักงานบัญชีที่ทำงานกับตัวเลขทั้งวัน เขาไม่ได้เสียเวลาไปกับการรอคอยแรงบันดาลใจ!"

บใช้ผู้อื่น

มีคนเคยถูกถามว่า "คุณจะทำอย่างไรถ้าคุณคิดว่าคุณกำลังเสียสติ?"

คำตอบก็คือ "ผมจะมองหาใครสักคนที่โชคร้ายกว่าผมเพื่อช่วยเหลือเขา!" ดูเหมือนชีวิตจะมีความหมายขึ้นมากทีเดียว เมื่อคุณช่วยเหลือใครสักคนที่มีปัญหาหนักกว่าคุณ ในบางแง่การช่วยเหลือผู้อื่นก็น่าอุ่นใจ แทนที่จะมีคนอื่นมาคอยช่วยเหลือคุณ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อคุณเดินผ่านชายขอทานขาด้วนที่นั่งอยู่ข้างถนน คุณให้เศษเงินเขา เมื่อคุณเดินจากมา คุณก็คิดว่า "จริงๆ แล้วชีวิตเราก็ไม่แย่มากนัก!"

เห็นไหมว่าสื่อสัมพันธ์ที่ตีมาจากการรับใช้ซึ่งกันและกัน เมื่อคุณรับใช้ผู้อื่น คุณก็รับใช้ตนเองด้วย คุณเพียงแค่ก้าวออกไปรับใช้ผู้อื่น

— *หยิบยกมาจาก "Making Things Right"*

โดย พอล ฟอล์คเนอร์

ลมพัดพาเรือน้อยลอยลำได้
ทิศเหนือที่สุดแต่ใบขึ้นนำทาง
หาโซลมเช่นมีค่าเอ่ยอ้าง
ใบเรือสร้างวิถีเรือแล่นไป

ดังลมฟ้าอากาศสุดคาดหมาย
มีหลากหลายให้เราผจญภัย
ดวงจิตตั้งมั่นพันฝ่าสุ่เส้นชัย
แต่หาใช้มรสุมร้ายซึ่งชะตา

โดย เอลดา วิลเลอร์ วิลค็อกซ์

คำตอบต่อคำถามของคุณ

คำตอบต่อคำถามของคุณ

ด

ฉันจะเข้าถึงใครสักคนได้อย่างไร ถ้าหากเขาเป็นคนที่ไม่ค่อยเปิดใจ และติดต่อพูดคุยด้วยยาก?

ด

คนส่วนใหญ่ที่เจียบขริมและเก็บความรู้สึก ใจจริงแล้วเขาไม่อยากจะเป็นอย่างนั้น เขาทราบว่าเขาจำเป็นต้องพูดคุย และเขาไม่อยากจะเก็บความรู้สึกเอาไว้ แต่ต้องมีใครสักคน ผู้ซึ่งมีความรักและเข้าอกเข้าใจมากพอที่จะช่วยให้เขาเผยความรู้สึกออกมา ถ้าคุณสนใจในผู้คน และห่วงใยต่อคนอื่น คุณต้องรู้จักช่วยให้เขาระบายความรู้สึกออกมา และพูดคุย

วิธีหนึ่งที่ทำเช่นนี้ได้ก็คือตั้งคำถาม "วันนี้คงแย่หน่อยนะ ทุกอย่างเรียบร้อยไหม?" ถ้าเขาตอบว่า "ไม่เรียบร้อย แต่นั้นเป็นปัญหาของฉัน ฉันไม่อยากจะพูดถึง" คุณอาจกล่าวในทำนองว่า "คุณน่าจะคุยถึงเรื่องนี้ เพราะฉันอยากจะช่วยจริงๆ" สำหรับคนส่วนมากแล้ว ถ้าคุณแสดงความห่วงใยต่อเขาด้วยความจริงใจ และเป็นห่วงว่าเขาประสบกับอะไรบ้าง ในที่สุดเขาก็จะระบายความรู้สึกออกมา และบอกให้ทราบอย่างเฉพาะเจาะจงยิ่งขึ้น เพราะเขาต้องการเปิดใจ เพียงแต่เขาต้องมีคนคอยช่วย!

บางคนถูกอบรมมาตั้งแต่เด็กให้เชื่อว่าเขาไม่ควรแสดงออกถึงอารมณ์ หรือพูดคุยถึงความรู้สึกของตนเองมากเกินไป ผลที่ตามมาก็คือ

เขาไม่เคยรู้จักพูดคุยถึงเรื่องที่มีความหมายกับอีกฝ่ายหนึ่ง เขาไม่เคยรู้จักการบอกเล่าอะไรให้คนอื่นฟังอย่างเปิดเผย เขาจึงพูดไม่ออก บอกไม่ถูก

ส่วนคนอื่นไม่กล้าเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดออกมา เขาไม่อยากจะเสี่ยงกับการถูกปฏิเสธ หรือต้องเจ็บช้ำน้ำใจ หากคนอื่นไม่เห็นด้วยกับเขา

บ้างก็มีทัศนคติที่ว่าไม่มีประโยชน์อะไรที่จะพูดออกมา แล้วจะมัวเสียเวลาไปทำไม? เขาอาจจะเคยลองพูดคุยให้คนอื่นเข้าใจมาบ้างแล้ว แต่ไม่ได้ผล เขาจึงล้มเลิกไปเลย

บางคนไม่เชื่อว่าเขามีเรื่องอะไรดี ๆ มาคุยให้ผู้อื่นฟัง เขาไม่นึกว่าความคิดของเขามีคุณค่าประโยชน์ เขามั่นค่าตัวเอง ยังผลให้เขาเก็บความคิดเห็นและความรู้สึกส่วนตัวเอาไว้ โดยไม่บอกให้ใครทราบ

การมีความคิดฝังหัวและความกลัวเช่นนี้ ทำให้เราติดต่อพูดคุยกันเพียงผิวเผินเท่านั้น แต่ความห่วงใย ความเข้าใจ ความอดทน และการที่มีใครเต็มใจรับฟัง อาจปลดปล่อยให้เราเป็นอิสระ และเลิกนึกคิดในแง่ที่ไม่ดี เราจะได้เริ่มติดต่อพูดคุยกันในเรื่องลึกซึ้งและมีความหมายมากขึ้น

— มาเรีย ฟอนเทน

คุณรู้สึกมีแรงกระตุ้นมากกว่าไม่ใช่หรือที่จะทำตามแนวความคิดซึ่งคุณได้รับเอง แทนที่จะเป็นแนวความคิดซึ่งผู้อื่นหยิบยื่นให้คุณเสร็จสรรพ? ถ้าเช่นนั้น คงเป็นการดีกว่าไม่ใช่หรือที่จะไม่พยายามยึดเยียดความคิดเห็นของคุณให้กับผู้อื่น? เป็นการมีสติปัญญามากกว่าไม่ใช่หรือที่จะเสนอแนะความคิดเห็น แล้วปล่อยให้อีกฝ่ายหนึ่งคิดหาข้อสรุปเอง?

ชายคนหนึ่งทำงานอยู่ที่สำนักนายกเทศมนตรีผู้มีชื่อเสียงเป็นเวลาสามปีกล่าวว่า ในช่วงเวลานั้นเขาไม่เคยได้ยินนายกเทศมนตรีออกคำสั่งแก่ใครโดยตรง ท่านมักจะเสนอแนะ ไม่ใช่ออกคำสั่ง ท่านไม่เคยบอกว่า "ทำนี่" หรือ "ทำนั่น" ท่านจะบอกว่า "คุณน่าจะพิจารณาเรื่องนี้ดูนะ" หรือ "คุณคิดว่านี่จะ 'ได้ผลไหม?' บ่อยครั้งหลังจากที่ท่านบอกให้ร่างจดหมายเสร็จแล้ว ท่านมักจะถามว่า "คุณคิดว่าเป็นยังไง?" เมื่อตรวจสอบจดหมายที่ผู้ช่วยคนหนึ่งร่างไว้ ท่านจะกล่าวว่า "บางทีถ้าเราใช้ข้อความแบบนี้คงดีกว่านะ" ท่านให้โอกาสผู้คนทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง แทนที่จะคอยบอกผู้ช่วยเสมอว่าจะต้องทำงานอย่างไร ท่านมักจะให้เขาคิดหาทางแก้ปัญหาเอง และเรียนรู้

จากความผิดพลาด

เทคนิคแบบนี้ช่วยให้เป็นการง่ายที่บุคคลนั้นจะแก้ไขข้อผิดพลาดต่างๆ ที่ช่วยเขารักษาหน้า และส่งเสริมการร่วมมือ แทนการต่อต้านขัดขืน

การตั้งคำถามไม่เพียงแต่ทำให้คำสั่งฟังรื่นหูยิ่งขึ้นเท่านั้น แต่บ่อยครั้งยังช่วยกระตุ้นให้บุคคลที่คุณถามเกิดความคิดสร้างสรรค์อีกด้วย คนเรามักจะยอมรับการตัดสินใจใดๆ ได้ง่ายกว่า ถ้าเขามีส่วนร่วมในการพูดคุยซึ่งเป็นมูลเหตุให้คำสั่งดังกล่าว

ผู้นำที่มีประสิทธิภาพจะตั้งคำถามแทนที่จะออกคำสั่งโดยตรง อาทิเช่น "คุณคิดว่าเราควรทำอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ใช่หรือ?" หรือ "คุณอยากจะทำเช่นนั้นเช่นนี้ไหม?" หรือ "คุณคิดว่าเราควรจะทำอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องนี้?"

โดยมอบทางเลือกเสมอ และให้เป็นไปด้วยความสมัครใจ ถ้าหากเป็นไปได้



วิถีขอความร่วมมือ

ผลสำเร็จในการคบหาผู้คน

ผู้จัดการฝ่ายขายที่โซว์รูมชายรถแห่งหนึ่ง เป็นนักเรียนในหลักสูตรหนึ่งที่ผมสอน ทันใดนั้นเขาพบว่าตัวเองเผชิญหน้ากับความจำเป็นที่ต้องเพิ่มความกระตือรือร้นให้กับกลุ่มพนักงานขายที่ท้อแท้ใจ และจัดระเบียบงานไม่ค่อยเป็น เขาเรียกประชุมพนักงานขาย โดยกระตุ้นให้พนักงานบอกเขาว่าคาดหวังอะไรบ้าง

ขณะที่พวกนั้นพูด เขาก็จดแนวความคิดต่างๆ ไว้บนกระดานดำ แล้วเขากล่าวว่า "ผมจะมอบคุณสมบัติทั้งหมดนี้ที่พวกคุณคาดหวังจากผม ตอนนี้ผมอยากให้คุณบอกว่าผมมีสิทธิคาดหวังอะไรบ้างจากพวกคุณ" พนักงานตอบอย่างรวดเร็วทันใจว่า "ความจงรักภักดี ความซื่อสัตย์ การมีความคิดริเริ่ม

การมองโลกในแง่ดี การร่วมงานเป็นทีม การทำงานด้วยความกระตือรือร้น วันละแปดชั่วโมง" การประชุมจบลงโดยที่พนักงานมีกำลังใจและแรงบันดาลใจขึ้นมาใหม่ เขารายงานให้ผมฟังว่า ยอดขายสูงขึ้นเป็นประวัติการณ์

"พนักงานตั้งข้อต่อรองด้านจรรยาภิกับผม" เขากล่าว "ทราบได้ที่ผมทำส่วนของผม เขาก็ตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำส่วนของเขา การปรึกษาหารือถึงความประสงค์และความปรารถนาของเขา คือแรงกระตุ้นที่เพิ่มพลังให้แก่เขา"

— เดล คาร์เนกี

พนักงานเสิร์ฟเดินมาที่โต๊ะ และเอาผ้า
ขนหนูสะอาดมาให้เช็ดผมที่เปียก เธอมีรอยยิ้มที่
อ่อนหวาน แม้ว่าเธอต้องยืนทั้งวัน รอยยิ้มนั้นก็
ไม่จืดจางไป สตรีผู้นั้นสังเกตเห็นว่าเธอตั้ง
ครรภ์ได้เกือบแปดเดือนแล้ว แต่เธอไม่เคยปล่อย
ให้ความเครียดและความปวดเมื่อยเปลี่ยนแปลง
ทรรศนะของเธอ สตรีสูงวัยจงใจว่าผู้ที่มีอะไร
น้อยนิดเช่นนี้ มอบความเอื้อเฟื้ออย่างยิ่งให้แก่
คนแปลกหน้าได้อย่างไรกัน แล้วเธอก็นึกถึง
ไปรอัน

หลังจากที่สตรีสูงวัยทานอาหารเสร็จ พนักงาน
เสิร์ฟไปเอาเงินมาทอนธนบัตรหนึ่งร้อย
เหรียญให้เธอ สตรีสูงวัยรีบแอบเดินออกประตูไป
เธอไปแล้ว เมื่อพนักงานเสิร์ฟกลับมา เธอจงใจ
ว่าสตรีผู้นั้นไปไหน แล้วเธอก็สังเกตเห็นว่ามีข้อ
ความเขียนไว้บนกระดาษเช็ดปาก มีธนบัตรหนึ่ง
ร้อยเหรียญสอดอยู่ข้างใต้สีเบ เธอ น้ำตาลคลอ

เมื่ออ่านข้อความที่สตรีผู้นั้นเขียนไว้ มีใจความ
ว่า "เธอไม่ได้เป็นหนี้อะไรฉัน ฉันเคยอยู่ใน
สภาพเช่นนั้นเหมือนกัน ครั้งหนึ่งเคยมีคนช่วย
ฉัน เหมือนที่ฉันช่วยเธอ ถ้าเธอต้องการตอบ
แทนฉันจริงๆ ขอให้ทำเช่นนี้ อย่าให้ปฏิกริษาถูก
โง่จากความรักหยุดที่เธอ"

เธอยังคงต้องเก็บโต๊ะ เต็มถ้วยน้ำตาล และ
เสิร์ฟอาหาร ทว่าพนักงานเสิร์ฟคนนั้นผ่านพ้น
มาได้อีกวันหนึ่ง

คืนนั้นเมื่อเธอเลิกงานกลับมาถึงบ้าน ตอน
เข้านอน เธอนึกถึงเงินและข้อความที่สตรีผู้นั้น
เขียนไว้ สตรีผู้นั้นทราบได้อย่างไรว่าเธอกับสามี
จำเป็นต้องใช้เงิน? คงยากลำบากเมื่อทารกครบ
กำหนดคลอดเดือนหน้า เธอทราบว่ามีวิตก
มากแค่ไหน ขณะที่เขานอนหลับอยู่ข้างๆ เธอ
เธอจูบเขาเบาๆ และกระซิบค่อยๆ ว่า "ทุกอย่าง
จะเป็นไปด้วยดี ฉันรักคุณนะ, ไปรอัน" ■

— ผู้ประพันธ์นิรนาม

เล่าให้ฟัง สนุกๆ

ชุดพกพาเพื่อ
ความอสุ่รอด
ดวรวรรณารมณร์
พันไว้ดวง

ชายต่างถิ่นผู้หนึ่งขับรถไปตามถนนที่เขาไม่คุ้น
เคย เขาเห็นเด็กเลี้ยงแกะนอนอยู่ข้างทาง ขณะที่ฝูงแกะ
เล็มหญ้าอย่างมีความสุขในทุ่งใกล้ๆ ชายแปลกหน้าจึง
เดินเข้าไปตามทาง เด็กชายแทบไม่ได้เงยหน้าขึ้นมามอง เขา
รู้สึกอับอายอย่างเสียไม่ได้ แล้วกล่าวว่า "ทางนั้น"

ชายแปลกหน้ากล่าวขอไปใจ แต่พูดว่า "หนูม
น่อย มีท่าอะไรมากี่ดูขี้เกียจกว่าที่จำเมื่อที่นี้อีกให้หม ทำให้
ดูหน่อย ฉันจะให้เงินสักสิบบาท"

"เอาเงินนี้ใส่กระเป๋าไปให้ผมสิ" เด็กชายตอบโดยไม่
เงยหน้าขึ้นมามอง

ความรักมี หน้าตาอย่างไร

นางเบนสันผู้ยังอยู่ในวัยสาวไม่มีความสุข สามีของเธอถูกบริษัทส่งตัวไปเข้า"หลักสูตรฟื้นฟู" นี่เป็นครั้งแรกในชีวิตคู่ที่เธอถูกทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพัง ภรรยาของผมแหวะไปเยี่ยมเพื่อปลอบใจเธอ แต่ต้องประหลาดใจที่นางเบนสันออกมาต้อนรับด้วยรอยยิ้ม

เธอเล่าให้ฟังว่า "มีเพื่อนบ้านอีกคนหนึ่งมาเยี่ยมฉัน เธอทำให้ฉันรู้สึกโล่งสบายใจ แต่ฉันก็ตีใจในเวลาเดียวกัน" ภรรยาของผมไม่ค่อยเข้าใจว่านางเบนสันหมายความว่าอย่างไร

"บ้านเธออยู่ตรงหัวมุม" นางเบนสันบอกกล่าว "ไม่นางมานี่สามีของเธอเสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางรถยนต์ และทิ้งเธอไว้กับลูกสาวเล็กๆสามคน แม้ว่าเธอจะประสบความสำเร็จมาก แต่เธอยังมีน้ำใจมาเยี่ยมดูว่าฉันเป็นยังไง! ทันใดนั้นเองเธอทำให้รู้สึกว่าเป็นผู้หญิงที่โชคดีที่สุดในโลก"

นางเบนสันเงิบไปครู่หนึ่ง แล้วกล่าวเสริมขึ้นมาเบาๆ ว่า "ฉันคิดว่าได้เรียนรู้อะไรบางอย่าง บางทีทางเดียวที่จะบรรเทาความทุกข์โศกของตัวเอง ก็คือการพยายามช่วยเหลือใครสักคนที่มีความทุกข์"

— ฟรานซิส เกย์

ความรักหน้าตาเป็นอย่างไร? ความรักมีมือที่คอยช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น มีเท้าที่เร่งรีบไปช่วยคนยากไร้ มีตาที่มองเห็นความทุกข์โศกของผู้อื่น มีหูที่ได้ยินเสียงถอนหายใจและเสียงร่ำไห้ของเพื่อนมนุษย์ ความรักหน้าตาอย่างนี้แหละ

รอยยิ้มที่มอบกำลังใจให้กับผู้ที่ต้องการ เป็นดวงแสงตะวันสาดส่องดอกไม้ที่รอการเบ่งบาน ซึ่งอาจช่วยผันแปรชีวิตที่กำลังดิ้นรนต่อสู้

เมื่อประมาณ 200 ปีมาแล้ว สารานุกรมที่มีชื่อเสียงให้คำจำกัดความของคำว่า "อะตอม" สั้นบรรทัด แต่อุทิศให้คำจำกัดความของคำว่า "ความรัก" ถึงห้าหน้ากระดาษ สารานุกรมเดียวกันในฉบับปรับปรุงใหม่ ให้คำจำกัดความคำว่า "อะตอม" ถึงห้าหน้ากระดาษ แต่ตัดคำว่า "ความรัก" ออกไป ช่างเป็นเรื่องเศร้าใจเกี่ยวกับค่านิยมในโลกยุคใหม่!

แหล่งข้อมูล ฉบับที่ 1

สตีเว่น เกรลเลย์ เป็นชาวฝรั่งเศส แต่ไปอาศัยอยู่ที่อเมริกาจนกระทั่งเสียชีวิตในปี ค.ศ. 1855

คงไม่มีใครรู้จักเกรลเลย์ในปัจจุบัน ถ้าเขาไม่ได้เขียนคำอธิษฐานสั้นๆซึ่งยังคงอยู่ในใจผู้คนจนถึงปัจจุบัน ถ้อยคำที่เราคุ้นหู และช่วยเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้คนมากมายได้แก่ "ข้าพเจ้าผ่านมาในโลกนี้เพียงครั้งเดียว ความดีงามใดๆที่ข้าพเจ้ากระทำได้ หรือความกรุณาใดๆที่ข้าพเจ้ามอบให้เพื่อนมนุษย์ได้ ขอพระองค์ช่วยให้ข้าพเจ้าทำทันที โดยไม่รีรอ เพราะข้าพเจ้าจะไม่ผ่านมาในเส้นทางนี้อีก"

บุคคลหนึ่งช่วงให้เกิดความแตกต่างได้อย่างไร?

แม้แต่สิ่งเล็กๆน้อยๆที่คุณทำได้ดีก็มีความหมายมากทีเดียว ความรักเพียงนิดหน่อยก็ส่งผลไปได้ไกลแสนไกล! รอยยิ้มที่สดชื่น ความอ่อนโยนบนใบหน้า และแรงชักจูงจากชีวิตของคุณ สามารถจุดประกายให้ชีวิตคนจำนวนมากพลอยสดชื่นไปด้วย ทั้งยังส่งผลกระทบให้กับบางคนได้อย่างน่าทึ่ง แม้แต่กับคนที่คุณคิดว่าคงไม่เกิดความประทับใจอะไรเลย

เมื่อผู้คนรู้สึกว่าคุณห่วงใย และคุณบอกว่าคุณนั้นเป็นเพราะความรักจากพระเจ้า เขาจะมีความรู้สึกในทำนองที่ว่า "บางทีคงมีใครสักคนข้างบนโน่นที่รักฉันจริง!" นี่ช่วยเปลี่ยนมุมมองในชีวิตเขา และช่วยให้เขาใจขึ้นขึ้นมากทีเดียว!

ผู้คนทุกหนทุกแห่งกำลังมองหาที่แสวงหาความหวังและมุมมองสว่างสักแห่ง! เขามองหาความห่วงใยและความเมตตา กรุณาใดๆหน่อยๆ มองหาที่พึ่งสักแห่งซึ่งช่วยบรรเทาทุกข์ให้เขาได้! ถ้าคุณแสดงให้เขาเห็นว่าความรักมีอยู่จริง เมื่อนั้นเขาก็จะเชื่อว่าพระเจ้ามีอยู่จริง เพราะ"พระเจ้าคือความรัก" ■

— เดวิด ฟอนเทน

หากฉันช่วงสมmaniใจปวดรัก
ช่วงกลางเดร์กลางทุกวี่ร้อน
ช่วงนกห้องสั้นแรงดันวังนอน
รับพรชีวิตนี้ควรดำที่เกิดมา

— เอมิลี ดักคินสัน

ข้อควรคิด

- ❖ ปฏิบัติต่อผู้อื่นราวกับว่าเขาอยู่ในสภาพที่เขาคิดจะเป็น แล้วคุณจะช่วยทำให้เขากลายเป็นคนชนิดที่เขามีคุณสมบัติที่จะเป็นได้
- ❖ กล่าวชมก่อบชมเชิงตักเตือนเสียงดังฟังชัด แต่กล่าวตำหนิต่อๆ
- ❖ "ฉันภูมิใจในตัวคุณ" เป็นคำพูดที่คำที่เข้าหูใจที่สุขที่สุดซึ่งคุณเอ่ยออกมาได้ เพื่อช่วยให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้สึกว่าเขามีความสำคัญ
- ❖ คุณต้องดูที่จิตใจคน รวมทั้งมองดูรูปกายภายนอกของเขาด้วย
- ❖ เสียงโห่เราะนั้นน่าฟังที่สุดในโลกสำหรับคนส่วนใหญ่ คือเสียงที่เอ่ยชื่อของเขาเอง! นี่เป็นเรื่องธรรมดา เพราะมันแสดงให้เห็นว่ามีคนรักเขามากพอที่จะจดจำเขา และมีคนสนใจในตัวตนมากพอที่จะรับทราบว่าเขามีตัวตนอยู่ด้วย
- ❖ มีหลายคนเป็นจุดเพชรที่ขังไม่ได้จึงระเหิน เขามีคุณสมบัติเลิศซ่อนอยู่ภายใต้อุปนิสัยที่ขังไม่ได้ขัดเกลา
- ❖ ขอให้มอบความดีความชอบแก่ผู้ที่สมควรจะได้รับ
- ❖ ทุกคนชอบรู้สึกที่ตัวเองมีความสำคัญ ผู้คนนิยกรบายนคำชมก่อบชมเชิง และอดอยากที่จะไม่ให้ใครแสดงความชอบคุณต่อเขาอย่างจริงจัง
- ❖ ไม่มีสิ่งที่จะช่วยคนเราได้มากกว่าการมอบความรับผิดชอบให้แก่เขา และการให้เขาทราบว่าคุณได้ใส่ใจในตัวเขา
- ❖ คุณช่วยแบ่งเบาภาระที่อีกฝ่ายหนึ่งแบกอยู่ได้ โดยเพียงตะไลงเขาเบาๆเท่านั้น
- ❖ เราทุกคนต้องการกำลังใจจากผู้อื่น
- ❖ ความสัมพันธ์ในชีวิตคู่ กับลูกๆ เพื่อนที่ทำงาน หรือการสมาคมใดๆ เพียงแต่คำชมชนิดนอ่งและการขอบคุณอย่างจริงจัง ต่อการกระทำหรือคุณสมบัติที่งามบางอย่าง บ่อยครั้งอาจก่อให้เกิดผลดีมากกว่าการมีแต่ดอองจับผิด ถ้าเรามองหา แม้แต่ในบุคคลผู้ที่ไม่น่ารักและขาดความสามารถที่สุด เราก็มักจะหาบางสิ่งที่ดีกว่าชมเชิงและให้กำลังใจเขาได้

คุณแจ
ไขไปสู่แรงจูงใจ