

ชุดที่ 3 เล่มที่ 5

กุญแจใจ

นิทานสารที่ดลใจคุณ!



สิ่งที่สำคัญจริงๆ

ความรับผิดชอบของวันนี้
อนาคตคือเดี๋ยวนี้!

จากใจผู้ปกครอง
กรณีที่น่าสับสนหรือ จากเรื่องจริง

สารบัญ

บทบรรณาธิการ

3

สิ่งที่สำคัญจริงๆ

4

ปลงใจชนะ

6

ความรับผิดชอบของวันนี้

อนาคตคือเดี๋ยวนี้

8

จากใจผู้ปกครอง

กรณีที่น่าสั่นหวั่งหรือ จากเรื่องจริง

10

พลังถ้อยคำ

11

10 วิธีในการมอบ
กำลังใจแก่ผู้อื่น

12

ข้อควรคิด

นิสัยใจคอ คือ...

เราทุกคนคงอยากอยู่ในโลกที่เป็นแง่บวกและปลอดภัยใช้หมื่น
นำเสียตายที่ว่ามีโลกเช่นนั้น ไม่มีประโยชน์อะไรที่จะมองข้าม
ปัญหาของโลก และทำให้ดูเป็นเรื่องง่าย เพราะทำไมใช้เรื่องง่าย
หรือ

ต่อไปนี้เป็นปรากฏการณ์ที่น่าสนใจของชีวิตยุคใหม่ ถ่ายทอด
มาจากบทความเรื่อง Raising Positive Kids in a Negative
World (การเลี้ยงดูเด็กให้มีทัศนคติแง่บวกในโลกที่เลวร้าย) โดย
ซิก ซิกลาร์

ถ้าผมยืนอยู่ต่อหน้าผู้ฟังกลุ่มใดก็ตาม โดยที่กล่าวส่งเสริม
การใช้กำลังรุนแรง การขาดศีลธรรม การสูบบุหรี่ ยาเสพติด
และแอลกอฮอล์ ผู้คนคงจ้องมองผมอย่างตกตะลึงด้วยความ
งุนงง ในขณะที่พูดถึงเรื่องเหล่านี้ ถ้าผมสอดแทรกภาษา
หยาบคายและคำสบถไว้ด้วย ในการนำเสนอโดยตลอด ก็
จะไม่รู้สึกกลุ่มเดียวในจำนวนนับพัน ที่จะนั่งฟังเฉยๆ ผู้ปกครอง
ที่อยู่ในกลุ่มผู้ฟัง ซึ่งทราบว่าจะกล่าวคำปราศรัยเดียวกัน
ต่อบุตรชายหญิงของเขาที่โรงเรียนในท้องถิ่นวันรุ่งขึ้น คงจะทำ
ทุกวิถีทางเพื่อหลีกเลี่ยงการกล่าวคำปราศรัยของผม

ทว่าข้อเท็จจริงก็คือ ท่วงทำนองเดียวกันร้องบอกเราและ
หัวคิดเด็กๆ ของเรา วันละหลายสิบครั้ง แม้แต่หลายร้อยครั้ง
เป็นประจำทุกวัน ผ่านภาพยนตร์ ดนตรี และสื่อมวลชนยุค
ใหม่ ซึ่งมีผลกระทบกว้างไกลกว่าหลายเท่า เมื่อเทียบกับการ
ที่ผมพูดถ้อยคำเดียวกันนั้นในคำปราศรัย โดยที่พูดให้เขาฟัง
แค่ครั้งเดียว

เราจะเปลี่ยนสิ่งต่างๆ ให้ดีขึ้นได้อย่างไร โดยทำให้กลับตาลปัตร
ไปเลย เราเชื่อว่าการพยายามปลูกฝังนิสัยใจคอที่ดี อาจเป็นสิ่ง
สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งที่เราทำได้

วิลเลียม คอตทริงเกอร์ กล่าวว่า “นิสัยใจคอที่ดีก็คือ การที่
หัวใจ หัวใจ และมือไม้ เห็นพ้องต้องกันที่จะทำสิ่งที่ถูกต้อง ใน
ทางที่ถูกต้อง ด้วยเหตุผลที่ถูกต้อง และความพยายามร่วมกัน
เช่นนี้ เกิดผลลัพธ์ที่ถูกต้อง ท่ามกลางสถานการณ์ที่เป็นปรปักษ์
มากที่สุด”

เราหวังว่าบทความใน กุญแจใจ ฉบับนี้ จะส่งเสริมและมอบ
แรงบันดาลใจที่จำเป็น ซึ่งจะช่วยให้เราทุกคนเป็นแรงจูงใจในแง่บวก
ต่อบุตรหลาน และผู้รอบข้าง ถ้าเราทำเช่นนี้ต่อไปเรื่อยๆ ก็
จะเปลี่ยนโลกให้น่าอยู่ยิ่งขึ้น

คณะผู้จัดทำ กุญแจใจ

กุญแจใจ ชุดที่ 3 เล่มที่ 5

ฉบับ
ออกแบบ

ชุดที่ 3 เล่มที่ 5
ยูเอ็ม กราฟ

อีเมลล์
เว็บไซต์

family@thaifamily.org
www.thaifamily.org

Copyright © 2011 by Motivated
สงวนลิขสิทธิ์

สิ่งที่สำคัญจริงๆ

ผู้ประพันธ์นิรนาม

เมื่อสองสามปีที่แล้ว ในการแข่งขันสเปเชียลโอลิมปิก ที่ซีแอตเทิล มีผู้เข้าร่วมแข่งขันเก้าคน ทุกคนล้วนมีความพิการทางร่างกายหรือทางเชาวน์ปัญญา เขามารวมตัวกันที่จุดเริ่มต้น เพื่อแข่งขันการวิ่ง 100 เมตร เมื่อเสียงปืนดังขึ้น ทุกคนเริ่มวิ่ง ไม่ใช่วิ่งฉิวหรอก ทว่าวิ่งด้วยความสนุก จนถึงเส้นชัย และชนะ

ทุกคนวิ่งไป ยกเว้นเด็กชายคนหนึ่ง ซึ่งหกล้มหน้าคะมำสองครั้ง และเริ่มร้องไห้ อีกแปดคนได้ยินเขาร้องไห้ พวกกันหยุดวิ่ง และหันมามอง เมื่อเห็นว่าเกิดอะไรขึ้น ทุกคนต่างก็หันหลังวิ่งกลับไป เด็กหญิงซึ่งเป็นดาวนซ์ซินโดรม เมื่อวิ่งไปถึง ก็ก้มลงหอมแก้ม และกล่าวว่า “ดีจังแล้วนะ” ผู้แข่งขันทั้งเก้าคนคล้องแขนกัน เดินข้ามเส้นชัย

ทุกคนในสนามกีฬาฮันซัน ร้องเชียร์อยู่หลายนาที คนที่ไปร่วมงานวันนั้น ยังคงเล่าเรื่องนี้สู่กันฟัง ทำไมละก็เพราะว่าในส่วนลึก เราต่างก็ทราบ ว่า สิ่งที่สำคัญในชีวิตเหนือกว่าการมีชัยชนะเพื่อตัวเอง ก็คือ การช่วยเหลือผู้อื่น ถึงแม้ว่าเราต้องหยุดวิ่ง และเปลี่ยนแนวทางก็ตามที ■

คุณสมบัติ
ที่ควรปลูกฝัง

ความพร้อม

จัดตารางเวลาและสิ่งที่คุณเอง
ถือว่าสำคัญ เป็นอันดับสองรองจาก
ความปรารถนาของผู้ที่เรารับใช้

ความกล้า

ความเชื่อมั่นว่าสิ่งที่เรากล่าวหรือทำ
นั้นเป็นจริง ถูกต้อง และเที่ยงธรรม

ความอับใจ

ตระหนักว่าความสุจริตที่แท้จริง
ไม่ได้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม
ทางวัตถุ

ตุลย์พินิจ

สังเกตและหลีกเลี่ยงถ้อยคำ
การกระทำและทัศนคติที่อาจ
นำมาซึ่งผลลัพธ์อันไม่พึงปรารถนา

คุณสมบัติ ที่ควรปลูกฝัง

ความกระตือรือร้น

บ่งบอกถึงความยินดีในการ
งานแต่ละอย่างที่ได้รับมอบ
หมาย ขณะที่ทุ่มเทให้สุด
ความสามารถ

ศรัทธา

ความเชื่อมั่นว่าการกระทำที่
มีพื้นฐานจากนิสัยใจคอที่ดี
จะส่งผลเป็นเลิศ แม้แต่ใน
ยามที่เรามองไม่เห็นว่าจะ
เป็นไปได้อย่างไร

ความใจกว้าง

บริหารแหล่งปัจจัยด้วยความ
รอบคอบ เพื่อมอบให้แก่
คนที่ขัดสนได้ไม่จำกัด

ความกอบถน

ยอมรับว่าความสำเร็จเป็น
ผลลัพธ์จากการที่ผู้อื่นลงทุน
ในชีวิตเรา

ปลงใจชนะ

โดย มาริ บอยส์โอสึ ประเด็นเขียน

เมื่อวันก่อนฉันเห็นสติ๊กเกอร์กันชนรถที่เตะตามาก
มีใจความว่า ปลงใจติดเหล้า ฉันคิดว่าเขาคงติดไว้เพื่อ
ความขบขัน ซึ่งทำให้ฉันยิ้ม แต่เมื่อนึกถึงข้อความนั้นอีกที่
ฉันก็ตระหนักว่าง่ายมากที่จะปลงใจยอมสยบให้กับจุดอ่อน
หรือสภาพการณ์ซึ่งหน่วงเหนี่ยวเราไว้จากการเป็นทุกอย่าง
ที่เราเป็นได้ เราคงไม่คิดว่าตัวเองเป็นคนที่ยอมแพ้ง่ายๆ แต่
ถ้าเรามัวรับฟังเหตุผลของข้ออ้างดังกล่าว เราก็พ่ายแพ้แล้ว
เมื่อเราเริ่มมองหาข้ออ้างให้ตัวเอง เราก็หยุดคิดใบหน้า

ฉันเป็นคนชอบอ่านหนังสืออย่างมาก ฉันมักจะวาง
หนังสือที่ช่วยยกชูจิตใจไว้บนโต๊ะข้างเตียงเสมอ หนังสือที่ฉัน
โปรดก็คือชีวประวัติสั้นๆ และข้อความจากชายหญิง
ผู้ยิ่งใหญ่ ไม่ใช่ว่าฉันหวังที่จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่เช่นนั้น แต่ฉัน
พบว่าตัวอย่างของคนเหล่านี้ช่วยมอบกำลังใจให้เผชิญหน้า
กับความท้าทายในชีวิตประจำวัน

อะไรทำให้คนเหล่านี้ยิ่งใหญ่ คุณสมบัติบางประการที่
มิตรสหายของเขาและนักประวัติศาสตร์ เอยถึงมากที่สุด
ได้แก่ การเล็งเห็นการณ์ไกล อุปนิสัยที่ดั่งม ความไม่เห็น
แก่ตัว และความพากเพียร เมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรคที่
ดูเหมือนฟันฝ่าไปไม่ได้ ฉันมั่นใจว่าชายหญิงผู้ยิ่งใหญ่แต่ละ
คนมีคุณสมบัติที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่าอื่นๆ เช่นกัน มีคน
หนึ่งโดยเฉพาะ ซึ่งประกอบด้วยคุณสมบัติดังกล่าว ได้แก่
การมีศรัทธาแน่วแน่ เขาชื่อ วิลเลียม วิลเบอร์ฟอร์ซ (ปี
ค.ศ.1759-1833)

ในช่วงเวลา 18 ปี ที่เขาทำการรณรงค์ในรัฐสภา เพื่อ
ยกเลิกการค้าทาสในจักรวรรดิอังกฤษ ร่างบัญญัติ 11
ฉบับที่เขาเสนอ ประสบความสำเร็จ บางครั้งฝ่ายค้าน
ที่ต่อต้านเขาทางการเมือง ปะทุขึ้นมาเป็นความเกลียด
ชัง การดูถูกเหยียดหยาม และการให้ร้ายป้ายสีต่อเขาเป็น
ส่วนตัว เขาถึงกับถูกข่มขู่เอาชีวิต จากกัปตันเรือผู้มีส่วน

คุณสมบัติ ที่ควรปลูกฝัง

ความคิดริเริ่ม

สำนึกและลงมือทำสิ่งที่
จำเป็นต้องทำให้เสร็จลุ่่วง
ก่อนที่จะมีคนขอให้ทำ

ความร่ำเรืองเบิกบาน

รักษาทัศนคติที่ดีเอาไว้
แม้จะเผชิญหน้ากับ
สถานการณ์ที่ไม่แน่นอนดี

ความองรักภักดี

ในช่วงเวลาที่ยากลำบาก
แสดงพันธะผูกพัน
ต่อผู้ที่เรารับใช้

ความเป็นระเบียบ เรียบร้อย

จัดแจงตนเองและสภาพ
แวดล้อม เพื่อให้บรรลุ
ความมีประสิทธิภาพมากขึ้น

เกี่ยวข้องกับการค้าทาส แต่เขาไม่เคยยอมรับความพ่ายแพ้

“เราต้องจับตาดูเขาไว้” ฝ่ายปรปักษ์คนหนึ่งกล่าวถึง วิลเบอร์ฟอร์ซ “เพราะเขาได้รับพรให้มีคุณสมบัติที่ดี ในการ มีทรศนะที่กระตือรือร้น โดยไม่ยอมแพ้ และมีพลังยิ่งขึ้นอีก ทุกครั้งที่โดนเล่นงาน!” “ทรศนะที่กระตือรือร้น” ของเขามา จากไหน ผู้ที่เขียนประวัติบุคคลสำคัญคงไม่เห็นด้วยกับ รายละเอียดทุกอย่างเกี่ยวกับประสบการณ์ในความเชื่อของเขา แต่ทุกคนล้วนบ่งชี้ว่าศรัทธาคือเชื้อเพลิงที่หล่อเลี้ยงไฟแห่งความกระตือรือร้นของเขา

ระหว่างนั้นเขาต้องต่อสู้กับปัญหาด้านสุขภาพที่บั่นทอนร่างกายเขา สายตาเขาแย่มาก ครั้งหนึ่งเขาเขียนว่า “ผมแทบมองไม่เห็นว่าจะจรดปากกาเขียนตรงไหน” เขาต้องนอนชมกับเตียงครั้งละหลายสัปดาห์ เขาทุกข์ทรมานกับโรคกระดูกสันหลังคดด้วย (นักเขียนคนหนึ่งในสมัยนั้น เปรียบเทียบเขา กับ “ส่ว่านเปิดจุกขวด” เขาต้องสวมเครื่องรัดตัวที่ทำด้วย แฝงเหล็กนานถึง 15 ปี) เขาเป็นแผลที่ปลายลำไส้ใหญ่ และเป็นไข้หัวโตใหญ่อย่างรุนแรง โดยที่ไม่เคยหายขาด แน่แน่นอนว่า ยารักษาโรคเมื่อ 200 ปีก่อน ไม่เหมือนกับยาสมัยนี้ ครั้งหนึ่ง วิลเบอร์ฟอร์ซติด “ยาวิเศษ” คือฝิ่น ถ้าวิลเบอร์ฟอร์ซเลิก ต่อสู้ เขาก็คงมีเหตุผลด้านสุขภาพเป็นข้ออ้างได้อย่างง่ายดาย ถ้าหากไม่มีข้ออ้างอื่น แต่เขามองหาการเปลี่ยนแปลง ไม่ใช่ มองหาข้ออ้าง

พระราชบัญญัติว่าด้วยการค้าทาส ผ่านการอนุมัติในปี ค.ศ.1807 และในปี ค.ศ.1833 สามวันก่อนที่เขาจะเสียชีวิต เขาได้รับข่าวว่ามีคะแนนเสียงมากพอ พระราชบัญญัติยกเลิก การค้าทาสจะผ่านการอนุมัติแน่ๆ และจะมีการเลิกทาสไปทั่ว จักรวรรดิอังกฤษ

ฉันไม่ใช่วิลเบอร์ฟอร์ซ แต่ฉันไม่ขอปลงใจยอมแพ้ต่อ ปัญหาเล็กน้อย ในเมื่อโลกนี้ควรถูกปลดปล่อยเป็นอิสระ โดย เริ่มต้นที่ตัวฉัน ฉันขอปลงใจที่จะชนะ! ■

ความรับผิดชอบ

คุณสมบัติ ที่ควรปลูกฝัง

ความอดทน

การยอมรับสถานการณ์ที่ยากลำบาก
โดยไม่มีเส้นกำหนดว่า
ต้องจบลงเมื่อใด

การระงับเวลา

ให้ความเคารพนับถือต่อผู้อื่น
ด้วยการทำสิ่งที่ถูกต้อง
ในเวลาที่เหมาะสม

เข้าความคิด

หาทางนำสิ่งที่คนอื่นมองข้าม
หรือทิ้งขว้าง มาใช้ให้เกิดประโยชน์
ในทางปฏิบัติ

ความรู้สึกไว

หยั่งรู้อารมณ์ทัศนคติและอารมณ์
ที่แท้จริงของคนรอบข้าง

โดย เบ็คกี้ โรซ ปรับเปลี่ยนจากเว็บ

ครั้งหนึ่งฉันเคยได้ยินคำบรรยาย ในหัวข้อ “อนาคตคือเดี๋ยวนี้” ฉันจำหัวข้อได้เพราะน่าฟังมาก ฉันหวังว่าน่าจะสนใจความจริงจากเนื้อหาดังกล่าวมากกว่านี้! ผู้บรรยายมีปัญหาจริงๆ และข้อความก็จริงทีเดียว “คุณไม่อาจเลี่ยงความรับผิดชอบของวันพรุ่งนี้ โดยหลบหลีกมันวันนี้”

ถ้านักธุรกิจอยากให้ธุรกิจของเขาประสบความสำเร็จ เขาก็ต้องทำสิ่งที่จะช่วยให้ธุรกิจคืบหน้าทุกวัน การมีวินัยเป็นประจำทุกวัน ไม่ใช่ทางเลือก ฉันเองได้เรียนบทเรียนนี้ ด้วยวิธีที่ยากลำบาก ในชีวิตบางด้าน ก็ง่ายมากที่จะผลัดไว้ก่อน โดยคิดว่าเราจะทำให้ดีขึ้นในวันพรุ่งนี้

ปกติแล้วมักจะเป็นสิ่งเล็กน้อย หรืออย่างน้อยก็ดูเป็นเรื่องเล็กน้อย ที่ก่อให้เกิดปัญหา อาทิเช่น “ฉันรู้ว่าควรควบคุมอาหาร และออกกำลังกาย ฉันจะทำอย่างนั้น แต่อีกวันหนึ่งคงไม่เสียหายนะอะไร ฉันจะเริ่มพรุ่งนี้” อนาคตคือเดี๋ยวนี้ ก่อนที่เราจะรู้ตัว เราก็น้ำหนักเกิน ไปสิบกิโล แล้วก็ยากยิ่งขึ้นอีกที่จะเริ่มควบคุม และออกกำลังกาย เราทำให้ชีวิตยากลำบากขึ้น เพราะเราคิดว่าเราคอยให้ถึงพรุ่งนี้ก็ได้

ถ้าเราอยากเก็บออมเงินสำหรับยามที่ขาดสน หรือวัยชรา หรือเก็บเงินให้ลูกเรียนต่อ เราก็ต้องเริ่มต้นเดี๋ยวนี้ ถ้าเราไม่เริ่มต้นเก็บออม เมื่อเรายังหนุ่มสาว ก็เป็นไปได้ว่าจะไม่มีวันเกิดขึ้น

ของวันนี้

อนาคตคือเดี๋ยวนี้!

วันเวลาและโอกาสผ่านไปราวกับติดปีกบิน เราต้องมีวินัยในตัวเองที่จะออกกำลังกาย หรือเก็บออม ไม่ว่าจะต้องเสียสละมากแค่ไหน เพราะจะคุ้มค่า เมื่อถึง “วันพรุ่งนี้” เราจะดีใจที่เราดำเนินชีวิตด้วยความรับผิดชอบทุกวัน

ถ้าเราต้องการมีชีวิตคู่และความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ประสบความสำเร็จ และสมปรารถนา ก็อีกนั่นแหละ เราต้องมีวินัยในตัวเอง เพื่อรับผิดชอบต่อหน้าที่เป็นประจำทุกวัน ซึ่งจะพัฒนาความสัมพันธ์ดังกล่าว ถ้าสามีและผู้ปกครองใช้เวลาทั้งหมดทำงาน หรือลุ่มหลงงานอดิเรก หรือความปรารถนาส่วนตัวอื่นๆ โดยที่ละเลยซึ่งกันและกัน และ/หรือละเลยเด็กๆ เขาก็จะผิดหวัง ไม่สมปรารถนา หงุดหงิด บางทีอาจถึงกับหมดหวัง เมื่อเขาตระหนักว่าชีวิตคู่ล้มเหลว ลูกๆ โตขึ้นแล้วก็จากไป เขาจะพลาดความยินดีไปอย่างสิ้นเชิง คือความยินดีที่น่าจะมี ถ้าเขาได้อุทิศเวลาให้กัน และให้ลูกๆ มากขึ้น

เรามีความรับผิดชอบต่อ (ซึ่งเป็นสิทธิพิเศษด้วย) เราต้องทำทุกวัน การผลัดไปวันพรุ่งนี้ จะนำมาซึ่งความเศร้าโศกมหาศาล อย่างไรก็ตาม เมื่อเราฝึกวินัยตัวเอง หมั่นรับผิดชอบต่อหน้าที่ วันเวลาและอนาคตของเราก็น่ายินดี มีความหมาย และเหนือล้ำความคาดคิด

ความสำเร็จและความสุขวันพรุ่งนี้ กำหนดได้จากการที่เรานึกคิด พุดจา และเหนือสิ่งอื่นใด คือการทำ แต่ละวัน และทุกๆ วัน อนาคตคือเดี๋ยวนี้! ■

คุณสมบัติ ที่ควรปลูกฝัง

ความจริงใจ

การกระตือรือร้นที่จะทำสิ่งที่ถูกต้อง ด้วยเจตนาที่โปร่งใส

การอ่อนอ่อนพ้องพัน

ตระหนักว่าทุกคนกำลังพัฒนานิสัยใจคอในระดับต่างๆ กันไป

ความซื่อตรง

สร้างความไว้วางใจสำหรับอนาคต โดยรายงานข้อเท็จจริงในอดีตอย่างถูกต้อง

สติปัญญา

การสังเกตเห็นและตอบรับต่อสถานการณ์ในชีวิต จากมุมมองที่อยู่เหนือล้ำสภาพการณ์ปัจจุบัน

กรณีที่น่าสับสนหรือ

จากเรื่องจริง

ที่ห้องพิพาทซึ่งมีคนแน่นขนัด ในนครหลวง ชายหนุ่มวัยสิบหกปี ถูกกล่าวหาว่าไม่ยอรถ เขายืนอยู่ต่อหน้าผู้พิพากษา คอยการตัดสิน ที่เก้าอี้ใกล้ๆ ผู้เป็นแม่ร้องไห้ร้องไห้ ทนายเพิ่งให้การว่าจำเลยหนุ่มก่อความสงบในชุมชนไม่ได้ขาด ก่อนหน้าทนาย สารวัตรใหญ่ให้การว่าเด็กหนุ่มถูกจับหลายครั้งแล้ว ในข้อหาขโมยผลไม้ ทำกระจกแตก และก่อความเสียหายอื่นๆ

ขณะนั้นผู้พิพากษาโบหน้าเคร่งขรึม สายตาเย็นชา จ้องมองผ่านขอบแว่นตา ว่ากล่าวเด็กหนุ่มอย่างรุนแรง ตักเตือนถึงผลที่ตามมา เนื่องจากการกระทำที่ผิดกฎหมายของเขา ทุกถ้อยคำจากริมฝีปากผู้พิพากษา รวากับไม้เขียนดี ขณะที่เขาว่ากล่าวจำเลยอย่างไร้ความปราณี ต่อความประพฤติที่ขาดความรับผิดชอบ ดูเหมือนเขาจะสรรหาถ้อยคำแรงที่สุดมากล่าว ซึ่งทำให้เด็กหนุ่มที่ยืนอยู่ต่อหน้าเขาต้องอับอาย

แต่เด็กหนุ่มไม่ขยาดต่อคำว่กล่าวที่เข็ดแค้นรุนแรง เขามีทัศนคติที่ชัดเจนและท้าทายอย่างไม่ยั้งคิด เขาไม่เคยละสายตาไปจากโบหน้าผู้พิพากษาแม้แต่ครั้งเดียว เขาเม้มปาก และจ้องหน้าผู้ประหารชีวิตเขาด้วยดวงตาดมิงถึง เมื่อผู้พิพากษาหยุดชั่วคราว เพื่อให้ถ้อยคำของเขาส่งผล เด็กหนุ่มจ้องหน้าเขา และกัดฟันถ้อยคำที่เล็ดลอดออกมาคือ “ผมไม่กลัวหรอก”

ผู้พิพากษามีสีหน้าแดงก่ำด้วยความโกรธ ขณะที่เอนตัวเหนือโต๊ะมาตะคอกว่า “ฉันคิดว่าภาษาเดียวที่นายเข้าใจคือ การตัดสินดานหกเดือนในสถานพินิจฯ”

“เชิญเลย ส่งผมไปสถานพินิจฯ” เด็กหนุ่มคำราม “คิดว่าผมแคร์เธอ”

บรรยากาศในห้องพิพาทเครียดมาก ผู้เข้าฟังการพิพาทชมองหน้ากัน แล้วลั่นหัว

“เด็กคนนี้ น่าลึนหวังจริงๆ!” เจ้าหน้าที่คนหนึ่งกล่าวขึ้น

ถ้อยคำวิพากษ์วิจารณ์ที่พากันกล่าวว่าเขา มีแต่กระตุนความเกลียดชังและความจุ่นเคืองใจจากส่วนลึกในใจเขา ภาพล้ายกับคนฝึกสิงโตที่แห่สัตว์ในกรง ด้วยไม้ตะพด คอยตีกระทบทุ้ง มีแต่จะรื้อฟื้นความโกรธขึ้นมา พอมาถึงตอนนี้ ผู้พิพากษากวาดสายตาไปในหมู่ผู้ฟัง มีชายผู้หนึ่งจากเมืองใกล้ๆ เขาเป็นผู้ดูแลบ้าน



โดย คลาเรนซ์ เวสต์ฟอล ปรับเปลี่ยน

สงเคราะห์เด็กชายที่มีปัญหา

“คุณครับ” ผู้พิพากษากล่าว ด้วยน้ำเสียงที่อ่อนระอาใจ “คุณคิดอย่างไรกับเด็กหนุ่มคนนี้”

ชายผู้ที่ถูกถามก้าวมาข้างหน้า เขาแผ่ความอุ่นใจออกไป ซึ่งทุกคนให้ความเคารพทันที สายตาที่กรุณาของเขา ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาเข้าใจเด็กหนุ่มจริงๆ

“ท่านครับ” เขากล่าวค่อยๆ “เด็กหนุ่มไม่ดื้อจริงๆ หรือครับ ภายใต้เปลือกนอกที่จอมปลอม เขาหวาดหวั่นอย่างที่สุด และเขาปวดร้าวสุดขีด ผมเชื่อว่าเขาไม่เคยได้รับโอกาส ชีวิตน่าสับสนสำหรับเขา เขาไม่เคยได้รับความรักจากผู้เป็นพ่อ เขาไม่เคยได้รับการชื่นชมจากเพื่อน ผมอยากเห็นเขามีโอกาส เพื่อแสดงให้เห็นว่าเขามีคุณค่าจริงๆ”

ห้องพิพากษาเงียบชั่วขณะ แล้วความเงียบก็ถูกทำลายทันที ด้วยเสียงสะท้อน ไม่ใช่จากผู้เป็นแม่ แต่จากเด็กหนุ่ม! ถ้อยคำจากใจกรุณาและเห็นอกเห็นใจของผู้ปกครองบ้านสงเคราะห์ ทำให้เขาแตกสลายโดยสิ้นเชิง เขายืนไห้ลั่นอก ก้มศีรษะ ขณะนี้น้ำตาค่อยๆ ไหลอาบแก้ม ถ้อยคำกรุณาคำเดียวเอื้อมถึงหัวใจเด็กหนุ่ม ทว่าการกล่าวปรักปรำครึ่งชั่วโมง มีแต่ทำให้เขาขุ่นเคืองใจยิ่งขึ้น

ผู้พิพากษาไอเพื่อกลบความอับอายชายหน้า และขยับแว่นตาด้วยความประหม่า แล้วสารวัตรใหญ่ ผู้ให้การปรักปรำเด็กหนุ่ม ก็แอบออกไปจากห้อง ตามด้วยทนายความ

หลังจากตริกตรงอยู่ชั่วครู่ ผู้พิพากษาหันมากล่าวว่า “ถ้าคุณคิดว่าคุณช่วยเด็กหนุ่มคนนี้ได้ ผมจะพักคดีไว้ก่อน และฝากเขาไว้ในความดูแลของคุณ”

ตอนจบของเรื่อง เด็กหนุ่มถูกมอบตัวให้ผู้ปกครองสถานสงเคราะห์ช่วยดูแล นับจากนั้นมาเขาไม่เคยก่อเรื่องยุ่งอีกเลย มิตรภาพของชายผู้นั้น ที่มาแตกต่างให้เขาในห้องพิพากษา ช่วยนำพาเขามาสู่เส้นทางใหม่ ช่วยนำคุณสมบัติยอดเยี่ยมออกมาจากตัวเขา ซึ่งก่อนหน้านี้ไม่มีใครคิดว่าเขามีคุณสมบัติอะไรในตัว ■

พลังถ้อยคำ

โดย โคลิน ดันบาร์ ปรับเปลี่ยนจากเว็บ

ผมตั้งใจกับถ้อยคำ トラบเท่าที่ผมจำความได้ หลังจากอ่านสำเนาฉบับแรกของผมเรื่อง Think and Grow Rich (คิดแล้วรวย) ผมเริ่มก้าวไปบนเส้นทางชีวิต สู่อพลังถ้อยคำ เมื่ออ่านถ้อยคำต่างๆ ไม่ใช่แค่กลุ่มตัวอักษร ทว่าเป็นความนึกคิดหรืออารมณ์ พลังถ้อยคำจริงๆ ส่งผลที่มีส่วนช่วย มอบแรงบันดาลใจ เป็นกำลังใจ และจุดใจเรา

ถึงแม้ว่ากว่า 20 ปีแล้ว ที่ลูกสาวผมลืมนานาโลก ผมยังคงจำวันนั้นได้ เมื่อคุณหมอตระโกนว่า “ผู้หญิง!” ถ้อยคำนั้นเปลี่ยนชีวิตผม นั่นคือพลังถ้อยคำ

ลูกชายผมเขียนโน้ตส่งให้ ด้วยถ้อยคำว่า “ผมรักพ่อ” ไม่มีอะไรเทียบถ้อยคำเช่นนี้ได้เลย!

ข้อความโปรดข้อหนึ่งจาก The Power of One โดย ไบรซ์ คอร์ทนี มีใจความว่า

“...ในชีวิต ต้นแบบความคิดเริ่มต้นจากจุดเล็กๆ เสมอ จุดต้นอ่อน แต่ถ้าวลัยจะงอกงาม และพยายามกลบต้นแบบความคิดของคุณ ไม่ให้เติบโต จนเฉาตายไป คุณจะไม่มีวันรู้ว่าคุณมีต้นแบบความคิดที่ใหญ่โต มันใหญ่มาก อาจเป็นต้นไม้ใหญ่ สูงถึงสามสิบเมตร เป็นพุ่มใบร่มรื่น ตระหง่านฟ้า... ถ้าวลัยคือผู้คนที่กลัวความคิดริเริ่ม ความคิดใหม่ๆ ผู้คนส่วนใหญ่ที่คุณพบจะเป็นจุดถ้าวลัย เมื่อคุณเป็นต้นอ่อน ถ้าวลัยก็อันตรายมาก ขอให้ฟังตัวเอง เสมอ ... ดีกว่าที่จะคิดผิด แทนที่จะเดินตามกรอบไปเรื่อยๆ ถ้าคุณคิดผิด ก็ไม่เป็นไร คุณได้เรียนรู้บางสิ่งบางอย่าง คุณจะเติบโตแข็งแกร่งขึ้น ถ้าคุณคิดถูก คุณก็ยิ่งก้าวหนึ่งสู่ชีวิตที่สมปรารถนา”

นึกถึงตอนที่เราเป็นเด็ก และถ้อยคำให้กำลังใจที่ได้รับจากพ่อแม่ ครูอาจารย์ ...แม้แต่ภายหลัง เมื่อเป็นผู้ใหญ่แล้ว ถ้อยคำให้กำลังใจจากเจ้านาย โค้ช โดยเฉพาะจากคนอันเป็นที่รักของเรา

ตอนนี้แหละ พลังถ้อยคำไม่เป็นที่น่าขบขันเลย การได้รับกำลังใจ เมื่อน้ำที่การทำงานสำเร็จเสร็จสิ้นด้วยดี นี่ช่วยส่งเสริมให้เราเชื่อมั่น และชีวิตนี้ก็ดีขึ้นดี

ถ้อยคำของเราอาจมอบกำลังใจ แรงบันดาลใจ การปลอบโยน สอน และส่งผลนานับประการ ถ้อยคำใดที่ให้กำลังใจและส่งผลต่อคุณในแง่บวก ไม่ว่าจะที่ไหน และอย่างไร ขอให้รับไว้ นำมาใช้ แบ่งปัน แล้วค้นพบความยินดี และบำเหน็จรางวัลที่คุณได้รับ ■

10 วิธีในการมอบกำลังใจแก่ผู้อื่น

โดย โคลิน ดันบาร์ ปรับเปลี่ยนจากเว็บ

ผมไม่เคยพบใครที่ไม่ชอบคำชมเชย บางคนรับคำชมเชยยากกว่าคนอื่น บางคนรู้สึกเงินอายเมื่อได้รับคำชมเชย แต่เราทุกคนต่างก็ชอบคำชมเชย

คำชมเชยคือสิ่งที่เราทุกคนมอบให้ได้ไม่อัน นี้จะช่วยให้อีกฝ่ายรู้สึกดี คุณเองก็ได้รับผลประโยชน์จากการรู้ว่าคุณก็มีส่วนด้วย ในผลกระทบดังกล่าว

เมื่อเรามอบคำชมเชย และให้กำลังใจผู้อื่น บางครั้งเราก็กระตุ้นจุดเริ่มต้นพฤติกรรมต่อเนื่องในแง่บวกของบุคคลนั้น

- เขาจะรู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับ และมีคุณค่า
- มีแนวโน้มว่าเขาจะทุ่มเทความพยายามในโอกาสอื่นๆ
- มีแนวโน้มว่าเขาจะประสบความสำเร็จในความพยายามดังกล่าว

เราให้กำลังใจผู้อื่นได้ โดย

1. แสดงว่าเราสนใจเขา
2. กล่าวว่า “ยอดเยี่ยม”
3. กล่าว “ขอบคุณ”
4. เขียนจดหมายขอบคุณ หลังจากได้รับของขวัญ
5. หลังจากไปทานอาหารที่บ้านเพื่อน โทรไปหาเขา หรือเขียนอีเมลล์ ชมว่าอาหารอร่อย และบอกว่าดีใจที่ได้พบปะกัน
6. ทำอะไรเป็นพิเศษเพื่อตอบแทน
7. บางครั้งการปรับทุกข์ หรือขอคำปรึกษาใคร ช่วยให้เขาทราบว่าเราเห็นคุณค่าและไว้วางใจเขา
8. เตรียมสังเกต เมื่อมีใครต้องการความช่วยเหลือ และเสนอความช่วยเหลือ
9. ส่งข่าวคราว หรือรับรู้ เมื่อใครประสบกับความสูญเสีย มีข่าวร้าย หรือทุกข์ร้อนใจ
10. หยิบยื่นมิตรภาพจากใจจริง

สุดท้าย รู้สึกไว้ว่าสำคัญเช่นกันที่จะให้กำลังใจและชมเชยตัวเอง ขอให้ทำเช่นนี้เป็นประจำ! ■



นิสัยใจคอ คือ ...

นิสัยใจคอที่ดีคือคุณสมบัติซึ่งทำให้ผู้อื่นพึ่งพาเราได้ ไม่ว่าจะมีคนคอยจับตาดูหรือไม่ นี่ทำให้เราเชื่อตรง ทั้งๆ ที่จะได้รับผลประโยชน์ ถ้าหากเชื่อตรงน้อยลงสักหน่อย นี่ทำให้เรากล้าหาญ เมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรค และช่วยให้เรามีใจแน่วแน่ในการฝึกวินัยตัวเองด้วยสติปัญญา – *อาร์เธอร์ เอส. อาดัมส์*

นิสัยใจคอไม่อาจพัฒนาขึ้นมาได้ ในยามที่มีความสบายและความสงบ เพราะว่า ยามที่ประสบความสำเร็จหรือร้อนใจและทรมาณ ดวงวิญญาณถึงได้รับการเสริมสร้างพลัง ให้แข็งแกร่ง มีวิสัยทัศน์ชัดเจน มีแรงบันดาลใจไขว่คว้า จนบรรลุผลสำเร็จ

– *เฮเลน เคลเลอร์*

งานหนักเป็นตัวพิสูจน์นิสัยใจคอผู้คน บ้างก็ตั้งอกตั้งใจลงมือทำ บ้างก็เบือนหน้าหนี บ้างก็ไม่ไผ่ลมาให้เห็นเลย – *แซม เอวิง*

อย่าพยายามกลายเป็นผู้ประสบความสำเร็จ ขอให้พยายามเป็นผู้ที่มีคุณค่าดีกว่า – *อัลเบิร์ต ไอสไตน์*

ในยามที่ประสบกับเรื่องขี้ปะติ๋ว และในยามที่ผลอดตัว นั่นแหละคือยามที่จะได้เห็น ชาติคู่แท้ของคนเรา – *อาร์เธอร์ สโคเพนเฮอร์*

ผลงานของทุกคน ไม่ว่าจะป็นวรรณกรรม หรือดนตรี หรือภาพวาด หรืออะไร ก็ตาม จะเป็นภาพสะท้อนตัวเขาเองเสมอ ยิ่งเขาพยายามปกปิดตัวเองมากเท่าไร นิสัยใจคอของเขาก็จะเผยให้เห็นเด่นชัดมากขึ้นเท่านั้น ไม่ว่าจะพยายามซ่อนเร้นไว้สักแค่ไหนก็ตาม – *ชามูเอล บัทเลอร์*

ถ้าเราต้องการให้บุตรหลานมีนิสัยใจคอที่เราชื่นชมมากที่สุด เราต้องสอนเขาว่านิสัย เหล่านั้นคืออะไร ทำไมจึงสมควรได้รับทั้งคำชมเชยและการอุทิศตน เด็กต้องหัด แยกแยะรูปแบบและองค์ประกอบในนิสัยใจคอของเขา – *วิลเลียม เจ. เบนเน็ตต์*

นิสัยใจคอก็เหมือนต้นไม้ ชื่อเสียงเป็นตุจเงา เงาคือสิ่งที่เรานึกถึง ต้นไม้คือของจริง – *อับราฮัม ลินคอล์น*

ชื่อเสียงเป็นตุจเงาที่จางหายไป ความนิยมชมชอบเป็นตุจเงาอุบัติเหตุ ความร่ำรวย ติดปีกบิน มีแต่นิสัยใจคอเท่านั้นที่ยั่งยืนนาน – *โฮเรซ กริเลีย*