

สวัสดิ์ สุขสันต์สงกรานต์

รดน้ำดำหัวพ่อแม่ปู่ย่าตายาย ขอท่านสบายไร้โรคไร้ภัย
เข้าวัดเข้าวาเจริญสติจิตใจ เล่นน้ำจ๋าใจคนไทยไชโย ไชโย.

เทศกาลสงกรานต์ มีมนต์เสน่ห์ให้เราคิดถึงปู่ย่าตายาย ญาติผู้ใหญ่ คิดถึงการถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุสงฆ์ รู้สึกสนุกสนาน รื่นเริง แม้อากาศจะร้อนก็คลายร้อนไปขออยู่ ช่วงหยุดสงกรานต์จึงเป็นช่วงดีที่เราจะได้ทำกิจกรรมหลายๆ อย่างขอให้มี

ความสุขคะ
ถ้าคุณอยากให้อะไรดีๆ ที่คุณคิด คุณทำ สมฤทธิ์ผล แนะนำให้อ่าน หนังสือเรื่อง Outliers สมฤทธิ์พิศวง เขียนโดย Malcom Gladwell แปลโดย พูนลาภ อุทัยเลิศอรุณ วิโรจน์ ภัทรทิปกร และ วิญญู กิ่งหิรัญพัฒนา สำนักพิมพ์ We Learn สรุปย่อ ความตามนี้คะ

1. **"ผลลัพธ์"** มาจาก ความสามารถพิเศษ บวกการฝึกฝน ความสามารถพิเศษอาจเริ่มต้นไม่เท่าเทียมกัน แต่พัฒนาให้เท่าเทียม หรือ มากกว่าได้ การฝึกฝนเป็นประจำ จึงสำคัญที่สุด (เราต้องมีความคิดแบบ Growth Mindset ความพยายามฝึกฝน จะช่วยให้เราก้าวข้ามข้อจำกัดทางกาย และนำหน้าคนที่มีความพรสวรรค์ได้)

2. **โฟกัสที่ "ความพยายาม"** อยากรู้ไปถึงเป้าหมาย มีปัจจัยมากมายที่คุณควบคุมไม่ได้ เราจึงต้องโฟกัสที่ความพยายาม ที่การพัฒนา กับสิ่งที่ควบคุมได้นั้นคือ ตัวเราเอง พฤติกรรมของเรา ความสามารถของเรา กฎ 10,000 ชั่วโมง จากผลงานการวิจัยผู้สำเร็จในระดับ worldclass ใช้เวลาถึง 10,000 ชั่วโมงในการสั่งสมพัฒนาความเชี่ยวชาญในสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนสำเร็จ มนต์วิเศษที่ต้องมีตลอดเวลา คือ มานะ อดทน ขยัน ไม่ยอมแพ้ แข็งขืนกับพลังด้านลบของตัวเอง (สำหรับการเปลี่ยนพฤติกรรมมีกฎ 21 วัน เช่น เปลี่ยนพฤติกรรมการตื่นเช้า ทำได้ 21 วันต่อเนื่องก็จะตื่นเช้าเองอัตโนมัติ)

3. **ต้องมีทัศนคติ ของ "ผู้ชนะ"** จะล้มเหลวก็ครั้ง ผิดหวังก็หน ให้เรามีทัศนคติในแง่ดีเข้าไว้ จะจำไว้ว่า ไม่เล็กล้มไม่ล้มเหลว เราต้องชนะในที่สุด จงอยู่ใกล้คนที่มีความคิดเชิงบวก มีการกระทำเชิงบวกที่เป็นพลังส่งถึงเราได้ ในขณะเดียวกันก็ต้องระวังไม่คิดลบ และพลังลบจากรอบด้านที่ทำให้เราหมดแรง ละทิ้งความหวัง ความฝัน

4. **"ความยุติธรรม" ไม่มีอยู่จริง** อย่าเสียเวลาตามหา การแข่งขันใดๆ แม้แต่การแข่งข่งอายุก็ดูประหนึ่งว่าไม่ยุติธรรม ถ้าเราบังเอิญเกิดในช่วงต้นสุด หรือ ปลายสุด ก็มีปัจจัยได้เปรียบเสียเปรียบ ดังนั้นอย่าเสียเวลาตามหา คุณแค่ต้องมีความรับผิดชอบต่อทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับชีวิตคุณ ถึงแม้ว่ามันไม่แฟร์ มันไม่ใช่ สิ่งที่ดีที่สุดที่คุณทำได้ คือ ทำในสิ่งที่คุณสามารถทำได้ อย่าไปสนใจสิ่งที่คุณควบคุมไม่ได้

5. **การบริหารจัดการอารมณ์ (EQ)** ได้ดีจะทำให้คุณเห็นผลสัมฤทธิ์ เมื่อคุณมีคุณสมบัติบางอย่าง เช่น นักบาสที่มีส่วนสูง 190 cm นักคณิตศาสตร์ที่มี IQ ด้านการคำนวณมากในระดับที่เรียกว่า Threshold แม้คุณจะมีมากขึ้น เช่น สูง 193 cm ความสามารถในการเล่นก็ไม่ได้เล่นดีขึ้น หากคุณไม่มีทักษะการคิดอย่างเป็นตรรกะ ไม่มีทักษะเรื่องคน ไม่มีทักษะเรื่องการควบคุมอารมณ์ ก็ยากที่จะมีความสุข ความสำเร็จในสิ่งที่ทำเพิ่มขึ้น

6. **วิธีการเลี้ยงดูของพ่อแม่มีผลต่อลูกหลาน** มากๆ โดยเฉพาะ **practical intelligence** ความฉลาดในเชิงปฏิบัติ ความรู้ความเข้าใจในเชิงดำเนินการ การทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทั้งงานบ้าน การพบปะสังสรรค์ในหมู่ญาติ และเพื่อนของพ่อแม่ งานช่วยเหลือโรงเรียน จะช่วยพัฒนาหล่อหลอมวิธีการคิด วิธีการปรับตัว ปรับวิธีการ มีไหวพริบ เป็นคนที่มีความชาญฉลาดในการรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างดี.

การทำสิ่งใดๆ ให้สัมฤทธิ์ผลไม่่ง่าย จึงต้องมีพลังใจทั้งจากตัวเรา และคนรอบข้างด้วย อ่านแล้วเรามาฝึกปฏิบัติให้สัมฤทธิ์ผล ส่งใจรวมลุ้นกันนะคะ.

#๙ต่อด้วยกัน #เจริญเจริญ

จันทร์ทิพย์ องค์กรภัทร

Director

Bhatara Progress Co., Ltd.

Complete Your Art of Doing Business

0879745888