

บันทึกการบรรยาย ดร. บุญเกียรติ โชควัฒนา
วิชา MGT 636 ประเด็นปัญหาทางการจัดการ (Management Issues)
หลักสูตรการจัดการมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีปทุม
ครั้งที่ 1 วันอาทิตย์ที่ 24 สิงหาคม 2551 เวลา 13.00 – 16.00 น.

วินัย (Discipline)

วินัยทางด้านเวลา เป็นสิ่งที่สำคัญมาก ไม่ใช่เฉพาะแต่การเรียนเท่านั้น ในการทำงาน ในการใช้ชีวิตส่วนตัว ก็ต้องมีวินัย คนที่ประสบความสำเร็จในชีวิต เชื่อได้เลยว่าส่วนใหญ่จะเป็นคนที่มีวินัย โดยเฉพาะวินัยทางด้านเวลา

แต่คนไทยส่วนใหญ่กลับมีแนวโน้มที่จะขาดวินัยทางด้านเวลา ทั้ง ๆ ที่คนไทยก็มีความสามารถ มีความฉลาด มีสติปัญญาที่ปราดเปรื่องไม่แพ้คนชาติใดในโลก แต่สิ่งที่ดี ๆ หลาย ๆ อย่างก็ไม่เกิดขึ้นในประเทศไทย เพราะการขาดวินัยทางด้านเวลาของคนไทยนี่เอง

ครั้งหนึ่ง ดร.บุญเกียรติ ไปถ่ายภาพยนตร์โฆษณา เขานัดให้ไปที่โรงถ่าย 9.00 น. แต่กว่าจะเริ่มถ่ายทำได้เวลาก็กว่งเข้าไปถึง 16.00 น. อีกกรณีหนึ่งตอนที่ ดร.บุญเกียรติ ไปเกณฑ์ทหาร เขาให้ไปรายงานตัวตั้งแต่ 7.00 น. กว่าจะได้จับใบดำ ใบแดง เวลาก็ล่วงไปถึงอีกวันหนึ่ง เหล่านี้เป็นตัวอย่างของการขาดวินัยทางด้านเวลา

การขาดวินัยทางด้านเวลา ทำให้ทุกอย่างขาดประสิทธิภาพไปหมด คนรัสเซียก็ขาดวินัยทางด้านเวลา ประเทศจึงไม่ค่อยพัฒนา ส่วนคนอังกฤษ หรือชาวยุโรป จะมีวินัยทางด้านเวลาสูงกว่ามาก อย่างราชวงศ์บางพระองค์เวลาไปที่ใด หากไปถึงก่อนเวลาก็จะให้ขบวนรถม้าไปมา จนพอใกล้เวลาจึงจะให้นารถยนต์ไปจอดตามหมายกำหนดการ การกระทำเช่นนี้ทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างและทุกคนเกิดความพร้อมเพรียงไม่ต้องรอกันไปรอกันมา

สำหรับพนักงานที่บริษัท หากมีคนหนึ่งตรงเวลา ส่วนอีกคนหนึ่งไม่ตรงเวลา งานที่ต้องทำประสานกันก็อาจเกิดปัญหาขึ้นได้ แต่ถ้าทุกคนมีวินัย ตรงต่อเวลา งานทุกอย่างก็จะประสานกันไปได้ด้วยดี แม้แต่คนที่ทำงานช้า ต้องมาประสานงานกับคนที่ทำงานเร็ว ก็ส่งผลถึงการงานได้ และหากยังไม่ตรงต่อเวลาก็จะยิ่งไปกันใหญ่ ดังนั้นวินัยทางด้านเวลาจึงมีความสำคัญอย่างมาก

สาเหตุที่ทำให้คนขาดวินัยทางด้านเวลาก็มีอยู่หลาย ๆ สาเหตุ อย่างสมัยก่อนโทรศัพท์ในอังกฤษกับอเมริกา จะมีวิธีการคิดเงินต่างกัน ในอเมริกาจะเหมาจ่ายเป็นเดือน จะโทรเท่าไรหรือคุยนานแค่ไหนก็ได้ ทำให้คนโทรศัพท์คุยกันนานมาก ส่วนที่อังกฤษจะเก็บเงินตามนาที่ที่ใช้ ทำให้คนอังกฤษคุยโทรศัพท์เร็วกว่าอเมริกัน ระบบจึงมีส่วนทำให้คนอังกฤษทำอะไรมีประสิทธิภาพสูงขึ้น

เมืองไทยโทรศัพท์ในอดีตใช้ระบบของอเมริกา แบบเหมาจ่าย คุยโทรศัพท์กันนาน ๆ ถึงเดี๋ยวนี้จะมีระบบที่เก็บเงินตามนาที่ที่ใช้ แต่ก็ยังเคยชินกับนิสัยที่คุยกันนาน ๆ ทำให้เวลาในการคิด การทำเรื่องอื่น ๆ ที่มีประโยชน์น้อยลงไป และเสียเงินมากขึ้น

วินัยทางด้านเวลาสำคัญมาก หากสังเกตประเทศที่เจริญทั้งหลาย คนในประเทศจะมีวินัยทางด้านเวลาทั้งนั้น ในอเมริกาวินัยทางด้านเวลาก็ไม่ค่อยดีเท่าไร ถึงเรารู้สึกว่าเขาเจริญ แต่ตอนนี้เขาก็เริ่มเสื่อมถอยลง การเสื่อมถอยลงนี้ นอกจากเรื่องวินัยแล้ว ยังมีปัจจัยอื่น ๆ อีก เช่น อังกฤษ เมื่อก่อนเขาเป็นประเทศที่ยิ่งใหญ่มาก แต่ก็เสื่อมถอยลงตั้งแต่หลังสงครามโลก สาเหตุมาจากการที่เขาคิดว่าตัวเองยิ่งใหญ่ จึงไม่สนใจคนอื่น เหมือนกับคนที่เรียนหนังสือมาสูง จบมหาบัณฑิตก็คิดว่าตนเองเหนือกว่าคนอื่น จึงไม่สนใจที่จะเรียนรู้จากคนอื่น ไม่เรียนรู้จากสิ่งรอบด้าน ทำให้การพัฒนาของเขาถดถอยลงไป สำหรับคนอังกฤษหลังจากที่ตกต่ำมามาก ก็เริ่มที่จะรู้ตัว จึงได้พัฒนาตนเองมากขึ้นแล้ว

วินัยในการคิด (Disciplinary Thinking)

เวลาได้รับคำแนะนำมาว่า จะทำอะไรก็ตามให้คิดเรื่องนี้ก่อน แล้วค่อยคิดเรื่องนั้น เรื่องโน้น แต่คนจำนวนมาก พอคิดเรื่องนี้แล้วก็คิดโดดไปเรื่องโน้น แล้วก็ปิดประเด็นเลย ซึ่งเป็นพวกที่ไม่มีวินัยในการคิด อย่่างการทำงานก็จะมี **Process** ต่าง ๆ การคิดก็มีกระบวนการ แต่บางคนก็ไม่ค่อยจะสังเกตกระบวนการของการคิด จะคอยข้ามขั้นตอนการคิดอยู่เรื่อย ๆ

อย่าง ดร.บุญเกียรติ แนะนำให้เราคิดบวกว่า เวลาเราไปเจอกับคน ๆ หนึ่ง เราก็คงต้องคิดถึงเรื่องดี ๆ ของเขาก่อน อย่าไปคิดในเรื่องที่เขาทำไม่ดี แต่พอถึงเวลาเรากลับคิดถึงเรื่องที่ไม่ดีของเขาก่อน จึงเท่ากับไม่ได้คิดตามคำแนะนำที่ได้มา ทั้ง ๆ ที่คำแนะนำนี้มีประโยชน์ อย่างนี้ก็แสดงถึงการขาดวินัยในการคิด

อีกตัวอย่างหนึ่ง ดร.บุญเกียรติ จะแนะนำเสมอว่า จิตใต้สำนึกของเรา ไม่รู้ผิด ไม่รู้ถูก โดยจะรับรู้เรื่องต่าง ๆ จากการที่จิตสำนึกของเราพูด/คิดซ้ำ ๆ บ่อย ๆ แต่บางคนพอฟังก็จะนำไปปะปนกับเรื่องของจิตสำนึก ซึ่งที่จริงเป็นคนละเรื่องกัน เหล่านี้ก็เป็น การขาดวินัยในการคิด

จิตใต้สำนึก (Sub-conscious)

จิตใต้สำนึกมีพลังมากกว่าจิตสำนึกมาก คือมีพลัง 93% - 97% ของพลังจิตทั้งหมด ดังนั้นหากเรา รู้จักนำพลังของจิตใต้สำนึกมาใช้ก็จะเป็นประโยชน์ต่อตัวเราเองอย่างมาก

ความสามารถของจิตใต้สำนึก

1. มีความรวดเร็วมาก
2. มีหุทิพย์
3. มีดาทิพย์
4. ไม่เคยหลับ
5. มีพลังเหนียวหนา

สิ่งเหล่านี้พอเราได้รับทราบ ก็ต้องประยุกต์ให้เกิดประโยชน์

ความรวดเร็ว: หากเรากำหนดจิตให้เราปลอดภัย เวลาจะเกิดอุบัติเหตุจิตใต้สำนึกของเราเองซึ่งรวดเร็วมาก ก็จะช่วยให้เราหลบหลีก ช่วยแก้ปัญหาจนเราปลอดภัย รอดพ้นไปได้

หุทิพย์ ดาทิพย์: ครั้งหนึ่ง ดร.บุญเกียรติ อยู่ในห้องครัว หันหลังให้ตู้เก็บอาหาร แล้วก็มือของมามา ล้วงหล่นลงมาจากตู้ซึ่งเปิดอยู่ มือของท่านก็ไปคว่ำรับของมามาได้โดยอัตโนมัติ ทั้ง ๆ ที่อยู่ด้านหลังไม่ได้มองเห็นก่อน แต่สามารถรับได้โดยไม่รู้ตัว แต่เนื่องจากจิตใต้สำนึกไม่รู้ผิด ไม่รู้ถูก จึงไม่ได้พิจารณาว่าของมามาที่ตกลงมามีความสำคัญมากแค่ไหน สำคัญจนจะต้องไปรับหรือไม่

พลังเหนียวหนา: บางคนเวลาคิดถึงใครอยู่ คนที่คิดถึงก็จะโทรมาหา หรือไม่ก็เดิน ๆ อยู่ก็เจอกับคน ๆ นั้นที่เพิ่งคิดถึงเมื่อวันวาน

บางคนบอกว่าจิตใต้สำนึกจะไม่รับรู้คำว่า "ไม่" จากการพิสูจน์ของ ดร.บุญเกียรติ เอง ถ้าเราไม่สามารถหลีกเลี่ยงคำว่า "ไม่" ได้ เช่นคำว่า "ไม่กลัว" เพราะคำว่า "กลัว" ก็ไม่ได้มีความหมายที่ตรงข้ามกันไปทั้งหมด เช่น "กลัวผี" เราจะบอกว่า "กลัวผี" ก็คงไม่ได้ ดังนั้น ดร.บุญเกียรติ จึงใช้คำว่า "ไม่กลัว" แทน แต่คำใดที่มีคำตรงข้าม เราก็คงใช้คำตรงข้ามนั้นจะดีกว่า และที่จิตใต้สำนึกไม่ค่อยรับรู้คำว่า "ไม่" เพราะจิตใต้สำนึกเปรียบเสมือนกับเด็กยักษ์ ดังนั้นบางทีเราพูดคำที่มีคำว่า "ไม่" เช่น ไม่ลืม แต่จิตใต้สำนึกด้วยความที่เป็นเด็ก ก็ไปจดจ่ออยู่กับคำว่า ลืม อย่างกรณีคำว่า "ไม่ลืม" ให้เราใช้คำว่า "จำได้" จะดีกว่า

จิตใต้สำนึก มิได้เป็นจิตที่มีความฉลาดปราดเปรื่อง นอกจากนี้ยังไม่รู้ผิดรู้ถูก ไม่มีคุณธรรม จริยธรรม มโนธรรม โดยจะเชื่อฟังจิตสำนึกอย่างไม่มีเงื่อนไข แต่ก็ไม่เชื่อฟังอย่างครบถ้วน บางทีฟังแล้วก็ขาดนั้น ขาดนี้ เหมือนเด็กไม่มีผิด ดังนั้นเวลาเราจะสื่อสารกับจิตใต้สำนึกเราจึงต้องใช้คำที่สั้นๆ ง่ายๆ ไม่ซับซ้อน อย่าใช้คำที่จิตใต้สำนึกจะต้องถอดรหัส มิเช่นนั้นจะรับผิดพลาด หรือรับไม่ครบถ้วนถูกต้อง

จิตใต้สำนึกเปรียบได้กับ Hard disk ขนาดใหญ่ เก็บข้อมูลเท่าไรก็ไม่เต็ม เก็บประสบการณ์ต่าง ๆ ของเราตั้งแต่ชาติภพแรกไว้ทั้งหมด เราจึงมีความสามารถพิเศษต่าง ๆ ติดตัวเรามา ที่เราเรียกกันว่า "พรสวรรค์" ซึ่งนักจิตศาสตร์หรือนักจิตวิทยาสามารถถอดจิต เพื่อจะได้ทราบว่ามีอดีตชาติเคยเป็นอะไรมาก่อน หนังสือหลาย ๆ เล่มก็กล่าวไว้ว่า ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเราในชาตินี้ เป็นผลหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตั้งแต่ในอดีตชาติเป็นส่วนใหญ่ แม้แต่นิสัยส่วนหนึ่งของเราในชาตินี้ก็มีผลมาจากอดีตชาติ

ลองสังเกตบางคนที่ขับรถเฉี่ยวหรือชน มักจะเฉี่ยวหรือชนอยู่ในที่เดิม ๆ เคยเฉี่ยวชนด้านขวา ก็จะเฉี่ยวชนด้านขวาเป็นประจำ เพราะเขาไปเล่าให้คนอื่น ๆ ฟังว่าไปเฉี่ยวอย่างไร ไปชนอย่างไร ยิ่งเล่าก็ยิ่งบันทึกเข้าไปในจิตใต้สำนึก กลายเป็น Mindset เราจึงต้องปรับ Mindset ของตัวเองว่า "ต่อไปนี้จะไม่เฉี่ยวชนอย่างนี้อีกแล้ว" เหตุการณ์ที่เราไม่อยากจะให้เกิดจะได้ไม่เกิดขึ้นอีก

สัญชาตญาณ จะเป็นอีกสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องของจิตใต้สำนึกเหมือนกัน สัญชาตญาณเกิดจากอดีตชาติของเรา คนและสัตว์ต่างก็มีสัญชาตญาณ แต่สัตว์จะมีมากกว่าคน เพราะคนมีปรัชญาญาณ มีปัญญาญาณ มีสติสัมปชัญญะ ทำให้เราใช้สัญชาตญาณน้อยลง

ปัญญาญาณ (Intuition) เป็นความรู้ด้วยตัวของเราเอง โดยไม่ต้องมีเหตุมีผล ไม่ต้องมีข้อมูล เพราะเราสะสมประสบการณ์ต่าง ๆ มาในจิตใต้สำนึก Six Sense ก็คล้ายกับ Intuition เกิดจากเราเคยผ่านเรื่องใดเรื่องหนึ่งมาเยอะ ๆ พอเจอเหตุการณ์เหล่านั้นอีกเราก็รู้ได้ในทันทีโดยไม่ต้องมีเหตุมีผลหรือมีข้อมูล

ในโลกของเรานี้ ยังมีอีกหลายเรื่องที่เราพิสูจน์ไม่ได้ แต่คนปัจจุบันนี้เชื่อแต่วิทยาศาสตร์ คิดว่าทุกอย่างต้องพิสูจน์ได้ ถ้าพิสูจน์ไม่ได้ก็จะไม่เชื่อ แต่จริง ๆ เราก็เชื่อมาเป็นร้อยเป็นพันเรื่องแล้วโดยไม่ได้ไปพิสูจน์ด้วยตนเอง อย่างครั้งหนึ่ง ดร.บุญเกียรติ ไปบรรยายเรื่องคิดบวกให้กับอาจารย์ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง พอบรรยายจบก็มีอาจารย์ท่านหนึ่งบอกว่าไม่เชื่อ โดยให้เหตุผลว่าเพราะพิสูจน์ไม่ได้ ดร.บุญเกียรติ จึงถามอาจารย์ผู้หนึ่งว่า "คุณเคยไปพิสูจน์มาหรือไม่ว่าโลกกลม" เรื่องโลกกลมนี้เราก็อ่านมาจากตำราทั้งนั้น ไม่เคยออกไปพิสูจน์เอง แต่เราก็ยังเชื่อ แต่พอ ดร.บุญเกียรติ บอกว่าคิดบวกนี้ดี กลับไม่เชื่อ ฉะนั้นบางอย่างที่เราฟังมาแล้วยังไม่เข้าใจ ก็อย่ารีบตัดสินใจที่จะไม่เชื่อ อย่ารีบตัดสินสิ่งนั้นทิ้งไป เพราะจะทำให้การเรียนรู้ของเราจะน้อยลงไป เราจึงต้องคิด พิจารณาให้ถ่วงถี่เสียก่อน

ในการฟังการบรรยาย หรือคำแนะนำในชั้นเรียนเช่นนี้ ฟังแล้วเราก็ต้องคิดตามไปด้วย ถ้าไม่เข้าใจก็ขอให้ถาม ถามจนเข้าใจ แล้วนำกลับไปทบทวน คิด พิจารณาน้อย ๆ ยิ่งคิด เราก็จะยิ่งจดจำได้ จะได้ไม่ลืม นอกจากนี้ยังควรประยุกต์ความคิดที่มีประโยชน์ไปใช้ในการดำเนินชีวิต ไปใช้ในการงานของเราให้ได้ด้วย โดยเราต้องรับรู้ให้ได้ว่าสิ่งที่เราเรียนรู้มาใหม่นี้มีประโยชน์อย่างไรกับเรา เทียบกับความคิดเดิม ๆ ที่เรามีอยู่ บางอย่างอาจจะมึนมองคล้ายกับที่เราเคยคิดมาก่อน ถ้ามึนมอง (Mindset) ใหม่ดูแล้วเข้าท่ากว่า ก็ให้เราบอกตัวเองว่าเราจะเปลี่ยนจากเดิมเป็น Mindset ใหม่

Mindset ส่วนใหญ่จะเป็นตัวขับเคลื่อนความคิดของเรา เราต้องทบทวนว่าตัวเราเองมี Mindset อะไรบ้าง Mindset มีความคล้ายคลึงกับ หลักคิด มาก ซึ่งก็มีทั้งเรื่องง่าย เรื่องยาก เรื่องดี เรื่องไม่ดี เช่น

- คนจะเก่ง ต้องเป็นหมอ
- จมมหาบัณฑิต แล้วจะเหนือกว่าคนอื่น
- เรียนมาน้อย ต้องไม่เก่ง สู้เขาไม่ได้

จริง ๆ แล้วการศึกษาไม่เกี่ยวกับความสำเร็จเลย อยู่ที่ตัวของเราเองมากกว่า ดังนั้นหากเรามี Mindset ที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง ไม่มีประโยชน์กับตัวเอง ก็ให้เราปลด หรือปรับแก้ให้เป็น Mindset ที่ดี ที่มีประโยชน์ โดยให้เราพูด/คิดกับตัวเองว่าต่อไปนี้จะคิดใหม่ เช่น ถึงเราจะเรียนมาเท่านี้ แต่เราก็จะทำจนเกิดความสำเร็จได้ คิดด้วยความมั่นใจ โดยเราต้องพูดบ่อยๆ คิดบ่อยๆ ก็จะเปลี่ยน Mindset ของเราเองได้

ตัวอย่าง Mindset ที่ดี ๆ ของ ดร.บุญเกียรติ

- อะไรก็ตามที่เชื่อไปแล้วไม่มีใครเตือนร้อน จงเชื่อไว้ก่อน
- ทุกปัญหาไม่มีทางแก้ ทุกคำถามมีคำตอบ
- จะไม่แย่งงานลูกน้องทำ แต่ถ้าลูกน้องทำไม่ได้ เราต้องทำได้

การปรับเปลี่ยนข้างต้นนี้ เราสามารถนำมาใช้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ปกติบางอย่างได้อีกด้วย แต่เราต้องรู้ก่อนว่าที่เกิดพฤติกรรมเหล่านั้นมีสาเหตุมาจากอะไร เช่น คนที่กลัวความสูงมากโดยไม่รู้สาเหตุจิตแพทย์ที่ทำการถอยจิต มักพบว่าเกิดจากชาติภพที่แล้ว ๆ มาตกจากที่สูงแล้วเสียชีวิต เมื่อทราบสาเหตุแล้ว จึงสามารถสะกดจิตเพื่อให้หายจากอาการดังกล่าว การสะกดจิตก็เพียงบอกว่า "เรื่องนี้เป็นเรื่องของชาติที่แล้ว ให้ลืมเสีย ชาตินี้เรื่องนี้ไม่เกิดกับเราแล้ว" ซึ่งก็สามารถทำให้ผู้นั้นหายกลัวความสูงได้

สำหรับการปลด หรือปรับเปลี่ยน Mindset หรือสิ่งที่บันทึกอยู่ในจิตใต้สำนึกด้วยตนเอง ก็เพียงเราคิดหรือพูดกับตัวเองบ่อย ๆ เช่น "เราไม่กลัว" ก็สามารถทำให้เราหายได้ หากเราพูดหรือคิดให้บ่อย ๆ จนมากพอ เพราะจิตใต้สำนึกต้องการการการพูดหรือคิดย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ บ่อย ๆ จึงจะเปลี่ยนได้

ตัวเราเองก็สามารถเปลี่ยน Mindset ของคนอื่นได้ โดยเริ่มแรกเราต้องรู้ก่อนว่า Mindset ที่เราต้องการจะเปลี่ยนของเขามีสาเหตุมาจากอะไร ถ้าเราเข้าใจตรงนั้นได้ แล้วฝึกแก้ Mindset ของตัวเองได้ จนเข้าใจกระบวนการเป็นอย่างดีแล้ว ก็จะแก้ให้คนอื่นได้ด้วย

สำนวน หรือสุภาษิต ต่าง ๆ ก็ทำให้เกิด Mindset ได้ ยิ่งบางครั้งเราตีความผิดก็ทำให้เรามี Mindset ที่ผิด ๆ เช่น

- ซ้ำ ๆ ได้พราเล่เมงาม: สอนให้เราทำอะไรให้รอบคอบ จะได้ของออกมาดี ๆ แต่คนส่วนใหญ่กลับเข้าใจว่าต้องทำซ้ำ ๆ จิตใต้สำนึกก็รับคำว่า ซ้ำ ๆ เข้าไป ทำให้คนไทยทำอะไรซ้เข้าไปหมดเลย
- อย่าจับปลาหลายมือ: สอนให้เราอย่าทำอะไรอย่างจนเกินไป จนเสร็จแล้วเสียหายไปทั้งหมด ให้ทำอะไรด้วยความรอบคอบ พิถีพิถัน จะได้ไม่ผิดพลาด แต่คนไทยเรากลับเข้าใจว่าทำอะไรให้ทำอะไรละอย่าง เป็นการตีความที่คลาดเคลื่อน จิตใต้สำนึกจึงรับสิ่งที่คลาดเคลื่อนนี้เข้าไป คนไทยจึงทำอะไรที่ละอย่าง ทำหลาย ๆ อย่างในเวลาเดียวกันไม่ได้

คนไทยตอนนี้รับวัฒนธรรมต่างๆ จากทางอเมริกามาก ซึ่งที่นั่นเขาพยายามสร้างค่านิยมให้ทุกคนเป็น Specialist เราก็เชื่อและฝังใจมาว่าสิ่งนี้เป็นสิ่งที่ถูกต้อง แต่คนที่จะโตในธุรกิจได้ รวมถึงประสบความสำเร็จ จะต้องไม่เป็น Specialist แต่ต้องเป็น Generalist ต้องเข้าใจในทุกสิ่งทุกอย่าง โดยเฉพาะการเข้าใจคน

ความคิด จึงมีความสำคัญอย่างมาก

"คิดอย่างไร ก็จะได้เช่นนั้น"

การคิด (Thinking)

บางคนคิดว่าตนเองเหนือกว่าคนอื่น ก็จะมีพฤติกรรมที่ **ไม่ฟังคนอื่น** ดร.บุญเกียรติ จะยกกับผู้ที่สำเร็จมหาวิทยาลัยโตอยู่เสมอว่า ต้องอย่าคิดว่าตนเองเหนือกว่าคนอื่น การได้รับปริญญามหาวิทยาลัย ถึงตัวเราเองไม่ได้ตั้งใจคิดเช่นนี้ แต่จิตใต้สำนึกก็ช่วยคิดไปเรียบร้อยแล้ว เราจะรู้สึกตัวเราเองเหนือคนอื่นโดยไม่รู้ตัว เราจึงต้องคิดให้สวนทาง ให้คิดว่าตัวเราเองไม่ได้เหนือคนอื่น สิ่งที่เราเรียนมาในระดับมหาวิทยาลัยนี้เป็นเรื่องเพียงนิดเดียว ยังไม่ค่อยมีนัย สิ่งที่สำคัญคือการที่เราสามารถเรียนรู้จากคนอื่น ๆ รอบ ๆ ตัว ซึ่งจะเป็นประโยชน์ที่มากกว่า นอกจากนี้เมื่อเรามีความคิดที่จะเรียนรู้จากผู้อื่น คนที่เป็นต้นแบบให้เราเรียนรู้ก็จะรู้สึกภูมิใจที่เราให้ความสำคัญกับเขา เขาก็จะรู้สึกดี ๆ กับเราอีกด้วย

สำหรับความคิดของบางคนยังคิดว่า จะเชื่ออะไรต้องพิสูจน์ได้ก่อนจึงจะเชื่อ สำหรับพระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า อย่าเชื่อจนกว่าจะได้ใช้สติปัญญาของเราพิจารณาแล้ว หรือก็คือการรู้ได้ด้วยตัวเอง ไม่ใช่ต้องพิสูจน์ได้จึงจะเชื่อ นอกจากนี้พระพุทธเจ้ายังเคยตรัสถึง “อจินไตย” คือสิ่งที่ให้เราเชื่อโดยไม่ต้องพิสูจน์ ไม่ต้องคิดให้เสียเวลา ซึ่งมีอยู่ 4 ประการคือ

1. พุทธวิสัยของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย
2. ฌานวิสัยของผู้ได้ฌาน
3. วิบากแห่งกรรม
4. ความคิดเรื่องโลก และจักรวาล

คนในสมัยก่อนคิดมากกว่าคนในปัจจุบัน เหตุเพราะสมัยก่อนเทคโนโลยีต่าง ๆ ยังไม่ทันสมัย จึงต้องคิดเองเสียเป็นส่วนใหญ่ ส่วนคนสมัยนี้จะหาอะไรก็หาได้ง่าย ๆ แค่ Search เข้าไปใน Internet แค่ Click Mouse ก็ได้ข้อมูลมากมายแล้ว จึงไม่ค่อยได้ใช้ความคิด ได้แต่นึกเสียส่วนใหญ่ สำหรับพระพุทธเจ้า ท่านทรงตรัสรู้ได้ด้วยพระองค์เอง

สำหรับ ดร.บุญเกียรติ เอง ท่านจะมีความคิดที่ว่า อะไรก็ตามที่เชื่อไปแล้วไม่มีใครเดือดร้อน ก็จะเชื่อไว้ก่อน Mindset นี้ ดร.บุญเกียรติ ใช้มานานมากแล้ว ทำให้ท่านเองไม่ปิดกั้น สามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ดีและรวดเร็ว

นอกจากนี้เรายังต้องคิดทบทวนตัวเองให้บ่อย ๆ โดยเฉพาะคิดทบทวนจิตของตัวเอง ยิ่งคิดยิ่งพิจารณาเราก็จะยิ่งมีสติ การมีสติทำให้เราจัดการบริหารทุกสิ่งทุกอย่างในตัวของเราเองได้ทั้งหมด คนที่บริหารจิตของตัวเอง เพราะการใช้อารมณ์ เช่น กลัว โกรธ หลง พอเกิดอารมณ์ก็ทำให้ขาดสติ ขาดสมาธิ ขาดการพิจารณาในสิ่งที่เราทำ

การมีสตินี้ เราจะต้องมีสัมปชัญญะควบคู่ไปด้วย อย่างที่มีชาวแพทย์ที่ไปขาดกรรมภรรยา แล้วหันศพบเพื่อเป็นการทำลายหลักฐาน นายแพทย์ผู้นั้นทำไปโดยมีสติตลอดเวลา แต่ขาดสัมปชัญญะ คือไม่ได้พิจารณาว่าสิ่งที่ทำนั้นผิดหรือถูก และมีความโลภ โกรธ หลง มาปิดกั้นสติสัมปชัญญะ

คนไทยเราขี้กลัว ความกลัวนี้ทำให้สติ สมาธิ ของเราขาดหายไป นอกจากนี้ อ.ปริยญา ต้นสกุล ยังเคยกล่าวไว้ว่าอารมณ์ต่าง ๆ ก่อให้เกิด มโนกรรม เราจึงต้องหยุดอารมณ์ต่าง ๆ ให้ได้อย่างรวดเร็ว (ไม่เกิน 3 นาที) จะได้ไม่ก่อให้เกิดมโนกรรม หรือไม่ต้องไปเกี่ยวข้องกับใคร ให้ติดตัวเราไปถึงชาติภพหน้า เราจึงต้องรู้จักคิดที่จะอโหสิกรรมให้คนอื่น ถึงแม้จะเกิน 3 นาทีแต่ก็ยิ่งดีกว่าไม่อโหสิกรรมให้เขาเลย

ความคิดของเราเป็นสิ่งที่สำคัญมาก และยังมีผลโดยตรงกับจิตใต้สำนึกของเราที่มีพลังมหาศาล ดังนั้นการที่เราคิดบวก ก็จะทำให้จิตใต้สำนึกของเราบันทึกแต่ในสิ่งที่เป็นบวก พลังของจิตใต้สำนึกก็จะมาช่วยผลักดันให้เราเจอแต่ในเรื่องที่เป็นบวก ในทางกลับกันหากเราคิดลบ จิตใต้สำนึกก็จะคิดลบตามไปด้วย และบันดาลให้เราต้องเผชิญกับสิ่งลบ ๆ ตามที่เราคิด

คนที่คิดลบจริง ๆ แล้วก็ไม่ต้องการในสิ่งที่เขาคิด แต่กลับมักจะคิดในสิ่งที่ตัวเองไม่ต้องการ เช่น “เจออย่างนี้ต้องแย่แน่ ๆ เลย” คิดทั้งที่เขาไม่อยากจะแย่ แต่การที่เขาคิดว่าจะแย่ ก็จะทำให้เขาแย่ลงเพราะเมื่อเขาคิดจิตใต้สำนึกก็จะบันทึกเขาไป ยิ่งคิดบ่อย ๆ จิตใต้สำนึกก็จะยิ่งรับได้มาก และทำให้เขาแย่ลงไปตามที่คิด ดังนั้นเวลาเราเจอกับเรื่องที่ไม่ดี เรื่องที่แย่ ๆ ก็ให้เราแค่รับรู้ แล้วอย่าคิดย้ำ แต่ก็ไม่ใช่ให้เราโกหกตัวเองว่าเป็นเรื่องที่ดี

บางคนทำอะไรก็จะเจอแต่ปัญหา คนเหล่านี้มักจะชอบคิดไม่ดีกับตัวเอง คิดไม่ดีกับคนอื่น คิดบ่อย ๆ ปัญหาต่าง ๆ ก็จะเข้ามาหาเขา มารุมเร้าเขาโดยไม่รู้ตัว จึงทำอะไรก็เจอแต่ปัญหา และไม่ประสบความสำเร็จ

ในทางกลับกันถ้าเราเจอเรื่องที่ดี ๆ ถึงแม้ว่าจะยังไม่เกิดขึ้น ก็ให้เราคิดไว้ก่อนเลยว่าดี เพื่อให้จิตใต้สำนึกได้รับทราบ ได้บันทึก จะได้บันดาลให้สิ่งที่ดี ๆ เกิดกับเรา

ฉะนั้นเรื่องที่ดี ๆ ให้เราคิดบ่อย ๆ ส่วนเรื่องที่ไม่ดีให้เรารับรู้ แล้วหยุด ไม่คิดถึงเรื่องไม่ดีนั้นอีก

คิดบวก (Positive Thinking)

เป็นการคิดที่ทำให้ตัวเราเองมีความสุข เบิกบาน เอิบอ๋ม และมุ่งไปสู่ความสำเร็จในอนาคต

ดร.บุญเกียรติ เคยแนะนำให้คนที่ทำงานฝ่ายขายว่า เวลาคิดจะต้องคิดว่า จะขายได้มาก ๆ และยังแนะนำว่าคนเราต้องอย่าโลภ ซึ่งฟังเผิน ๆ แล้วก็รู้สึกขัดกันเอง แต่ถ้าเรามาพิจารณาให้ดี คำว่าอย่าโลภ คืออย่าหวังที่จะได้อะไรเร็ว ๆ โดยที่เราไม่ได้ใช้ความคิดอย่างพิถีพิถัน หรืออยากได้อะไรเร็ว ๆ จนขาดความเหมาะสม ขาดความถูกต้องชอบธรรม แต่การคิดให้ขายได้เยอะ ๆ นั้นเป็นการคิดไปข้างหน้า เป็นการคิดบวก อย่างบางคนคิดลบก็จะคิดว่า อย่างมากคงจะขายได้นิดเดียว แต่ถ้าคิดบวกจะคิดว่า ต้องทำได้สำเร็จแน่ ๆ แต่ต้องอย่าโลภ คือทุกอย่างต้องเป็น Step by Step ต้องดีขึ้นเป็นขั้น ๆ ไม่ใช่พุงนี้ก็ดีเลย เราต้องก้าวไปข้างหน้าทีละขั้น ๆ ด้วยความมั่นคง

แต่ทุกอย่างก็ต้องเริ่มต้นที่ความคิดก่อน คิดว่าเราจะไต่งานใหญ่ ๆ มีรายได้เยอะ ๆ การคิดที่จะมีรายได้เยอะ ๆ ไม่ได้แปลว่าเราโลภ แต่ถ้าเราอยากจะได้ของของคนอื่น หรืออยากจะได้ในสิ่งที่เราไม่สมควรจะได้ อย่างนี้จึงเรียกว่า โลภ ดังนั้นคำว่า โลภ กับ การที่เราคิดอะไรใหญ่ ๆ ซึ่งเป็นการคิดบวก จึงไม่เหมือนกัน

บางคนเวลาเจอสถานการณ์ที่ไม่ดี ก็ไม่รู้อะไรจะคิดบวกอย่างไร ยิ่งคนที่เรียนหนังสือมาสูง ๆ เชื่อแต่ข้อมูล พอมีข้อมูลว่าสถานการณ์กำลังจะแย่ ก็ไม่รู้อะไรจะคิดบวกได้อย่างไรแล้ว หรือบางคนคิดว่าต้องรอให้สถานการณ์ดีก่อนจึงจะคิดบวกได้ เหล่านี้เป็นการคิดลบเป็นการเข้าใจผิด ดร.บุญเกียรติ ต้องแนะนำว่า ไม่ได้แปลว่าสถานการณ์ไม่ดีต้องคิดลบ การคิดบวกคือการคิดว่า **“แม้ว่าสถานการณ์จะเป็นอย่างไร จะแย่อย่างไร เรายังเจริญก้าวหน้าต่อไปได้”** ปัญหาที่เกิดขึ้นเราก็แค่รับทราบว่าเป็นปัญหา แต่อย่าไปย้ำและให้คิดว่าปัญหาเหล่านี้เราสามารถแก้ไขให้ลุล่วงไปได้ และเมื่อแก้เสร็จแล้วเราก็จะเจริญก้าวหน้าต่อไป แม้กระทั่งตอนที่ยังมีปัญหาอยู่ เรายังเจริญก้าวหน้าได้ เหล่านี้เป็นตัวอย่างการคิดบวก

การคิดบวกนี้ ยังมีหลาย ๆ คนเข้าใจผิด อย่างเราเห็นอันตรายกำลังเข้ามาหาเรา ก็คิดว่ามันไม่อันตราย อย่างนี้ไม่ใช่การคิดบวก แต่เป็นการหลอกตัวเอง สำหรับการคิดบวกเวลาเราเห็นอันตรายเข้ามา เราต้องคิดว่า **“เราต้องปลอดภัย” “เราต้องหนีได้ทัน”** การที่เราคิดบวกแบบนี้ จะทำให้ตัวเราเองเริ่มคิดหาวิธีการ หาช่องทางที่เราจะหนี หรือป้องกันตัว จนเราเองปลอดภัยในที่สุด

กรณีอุบัติเหตุเครื่องบินตก คนที่รอดชีวิตจะต้องเป็นคนที่ไม่ใจคิดว่า เขาต้องรอดทั้งนั้น อาจเพราะลูกยังเล็ก หรืออะไรก็ตาม พอคิดจะรอด จิตใต้สำนึกที่มีพลังมากก็จะช่วยให้เราเห็นช่องทางต่าง ๆ สามารถหลบหลีกสิ่งต่าง ๆ จนรอดได้ในที่สุด เราจึงต้องพิถีพิถันกับความคิดของเราให้มาก

เราคงเคยได้ยินกันมาว่า ก่อนเสียชีวิต หากเราคิดดีเราก็จะได้ไปสุขภูมิ หากคิดไม่ดีก็จะไปทุกข์ภูมิ การคิดถึงพ่อแม่ คิดถึงพระก็เป็นความคิดดี การคิดดีก็คือการคิดบวกนั่นเอง

การคิดบวก หรือคิดดี กับคนอื่นก็มีความสำคัญ เวลาเราคิดไม่ดีกับคนอื่น คอยแต่จะตำหนิคนอื่น ตัวเองก็จะคอย ๆ แย่ลงโดยไม่รู้ตัว ในทางกลับกัน ถ้าเราคิดชื่นชมคนอื่น ตัวเราเองก็จะดีขึ้นไปตามที่เราคิดชื่นชมนั้นด้วย เพราะจิตเราเป็นบวกกับคนอื่น ตัวเราเองก็จะรับจิตที่เป็นบวกมาสู่ตัวเราเองด้วย

ถ้าตัวเราเองต้องเจอกับคนที่ชอบตำหนิคนอื่น อันดับแรกเราต้องจัดการกับตัวเราเองก่อน คืออย่าไปตำหนิคนอื่นเหมือนเขา ให้นำเขามาเป็นบทเรียน เป็นครูสอนเรา เราจะได้ไม่ต้องทำตามอย่างเขา และถ้าวันหนึ่งเราเข้าใจได้อย่างลึกซึ้ง เราจึงจะคอยแนะนำเขาด้วยความตั้งใจดี ด้วยใจที่คิดอยากจะช่วยเขา แต่เราต้องเข้าใจอย่างถ่องแท้ และทำได้จนประสบความสำเร็จเองก่อน

คนที่ตำหนิคนอื่น จิตของเขาก็จะตกต่ำลงเรื่อย ๆ แต่สำหรับจิตของคนที่ดีจะช่วยคนอื่น มองคนอื่นในแง่ดี จิตของเขาก็จะสูงขึ้นเรื่อย ๆ การคิดจะช่วยคนอื่น หวังดีกับคนอื่น ไม่ต้องกลัวว่าพลังของจิตจะหมด พลังของจิตไม่มีวันหมด อย่างเวลาเราคิดแผ่ส่วนกุศล ซึ่งก็เป็นการคิดดี คิดบวก กุศลของเราก็ไม่หมดไป หลังจากการแผ่ส่วนกุศล เมตตา กรุณา มุทิตา เหล่านี้ก็เป็นความคิดดี คิดบวกทั้งนั้น

ส่วนคำว่า "อุเบกขา" บางคนจะให้ความหมายว่าการปล่อยวาง งานการก็ปล่อยวางทั้งหมด อย่างนี้ก็เป็น การเข้าใจผิด อุเบกขา คือ จิตนิ่ง เห็นอะไรก็สามารถยอมรับว่ามันเป็นของมันเช่นนี้ ไม่ดีใจหรือเสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น อย่างคนทำธุรกิจล้มเหลวก็ไม่ต้องไปตีโพยตีพาย โศกเศร้า เสียใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น ให้คิดว่ามันเป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ หรือก็คือจิตนิ่ง ไม่หวั่นไหวในสิ่งที่เกิดขึ้น แต่ก็ไม่ใช่ว่าอุเบกขาแล้ว ก็หยุดไม่ทำอะไรต่อ การสร้างธุรกิจขึ้นมาใหม่ การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ก็ยังต้องทำต่อไปตามปกติ โดยจิตของเราต้องนิ่ง

ความมุ่งมั่น

คนที่คิดบวก จึงจะเกิดความมุ่งมั่น มุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ ส่วนคนที่คิดลบก็จะไม่เกิดความมุ่งมั่น ทำอะไรก็มักจะไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร

มีหลายคนเวลาหัวหน้าสั่งให้ทำอะไร จะไม่ยอมทำตาม จะทำตามใจตัวเอง คนเหล่านี้มักเป็นคนที่มึนปมด้อย รู้สึกว่าตนเองคิดอะไรก็ไม่ค่อยออก ทำอะไรก็ไม่ได้สักอย่าง ดังนั้นเวลาหัวหน้ามาสั่งให้ทำอะไร กลับทำได้สำเร็จทุกที จึงเป็นการตอกย้ำปมด้อยของตัวเอง เวลาหัวหน้าสั่งจึงเกิดอาการไม่อยากทำ อยากจะแอบไปคิดด้วยตัวเองแต่ก็คิดไม่ออกสักที สุดท้ายงานก็ล้มเหลวไป ปัญหานี้เกิดจากปมด้อยที่ตัวเองไม่ยอมรับ กลับพยายามสร้างปมตัวเอง แสดงถึงความคิดลบ ความไม่มุ่งมั่น แคพยายามปกปิดปมด้อยของตน

คนที่มุ่งมั่นจะทำอะไรให้สำเร็จ ใครมาแนะนำอะไร แม้แต่คนนั้นจะเป็นคนที่ยาญน้อยกว่าเรา ด้อยกว่าเรา ก็จะได้รับฟังตลอด คิดตลอด เพียงขอให้ความคิดเห็นนั้นทำให้สำเร็จได้ก็จะรับฟังทั้งหมด ซึ่งแสดงถึงความคิดที่เป็นบวก

จึงขอให้นักศึกษา นำความคิดต่าง ๆ ที่แนะนำไปนี้ ไปพิจารณา ความคิดไหนที่มีประโยชน์ก็นำมาประยุกต์ใช้ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น สังคม องค์กร ฯลฯ

ภาคผนวก

ญาณและฌาน

ฌาน = จิตตั้งมั่น = สมาธิขั้นสูง

ญาณ = รู้แจ้ง = ปัญญาขั้นสูง

ฌานมี 8 ชั้น คือ รูปฌาน 4 อรูปฌาน 4

รูปฌาน 4 ก็ได้แก่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และ จตุตถฌาน

อรูปฌาน 4 นี้ สรุปคือว่า พิจารณาในสิ่งที่ไม่มียุบ

ญาณ

โดยทั่วไป แปลว่า ความรู้ คือ ปรีชาหยั่งรู้หรือกำหนดรู้ได้ด้วยอำนาจการบำเพ็ญวิปัสสนา พุทฺธงาย ๆ คือตัวปัญญา ญาณในความหมายเฉพาะ หมายถึงปรีชาหยั่งรู้ของพระพุทธเจ้าซึ่งเรียกว่า โภธิญาณ หรือ สัมมาสัมโพธิญาณ มี 3 อย่าง คือ

1. บุพเพนิวาสานุสสติญาณ ความรู้เป็นเหตุให้ระลึกชาติได้
2. จตุปปาตญาณ ความรู้ในจุดและอุบัติของสัตว์
3. อาสวักขยญาณ ความรู้ในการกำจัดอาสวกิเลสให้สิ้นไป

ฌาน

แปลว่า การเพ่ง หมายถึงการเพ่งอารมณ์จนจิตสงบนิ่งแน่วแน่เป็นสมาธิ โดยรูปแบบหมายถึงการทำสมาธิจนใจตั้งมั่นในระดับที่เรียกว่าได้ฌาน แบ่งเป็น ๒ คือ

1. รูปฌาน มี ๔ ระดับ ตามอารมณ์ที่ประณีตขึ้นไปตามลำดับ คือ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตตฌาน

2. อรูปฌาน มี ๔ ระดับ คือ อากาสาัญญายตนฌาน วิญญานัญญายตนฌาน อากิญจัญญายตนฌาน เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

กัมมัฏฐาน

แปลว่าที่ตั้งแห่งกรรมคืองานของใจ เป็นอุบายวิธีควบคุมใจให้สงบและให้เกิดปัญญา (เขียนกรรมฐาน ก็ได้) มี 2 แบบ คือ

1. สมถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์ เพื่อทำใจให้สงบ
2. วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานมี วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญา

ข้อแตกต่างระหว่าง ญาณ ฌาน และกัมมัฏฐาน

การทำกัมมัฏฐานเป็นเหตุให้ได้ ฌาน และ ญาณ กล่าวคือ ได้ความสงบใจซึ่งเรียกว่าฌาน และได้ปัญญาซึ่งเรียกว่าญาณ

บารมี 6 (ปารมิตา 6) มีดังนี้ คือ

- | | | |
|-----------|---|--------------------|
| 1. ทาน | — | เป็นคู่ปรับของโลกะ |
| 2. ศีล | | |
| 3. ขันติ | — | เป็นคู่ปรับของโทสะ |
| 4. วิริยะ | | |
| 5. สมาธิ | — | เป็นคู่ปรับของโมหะ |
| 6. ปัญญา | | |