

บันทึกการบรรยายวิชา MGT636 ประเด็นปัญหาทางการจัดการ
หลักสูตรการจัดการมหาบัณฑิต รุ่นที่ 6 มหาวิทยาลัยศรีปทุม
โดย ดร.บุญเกียรติ โชควัฒนา
วันอาทิตย์ที่ 21 พฤศจิกายน 2553

ข้อคิด

สิ่งที่เราเรียนรู้มา เราต้องนำมาสรุปว่าเราได้ประโยชน์ตรงไหน พิจารณาจน
เข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วเราจึงจะได้ประโยชน์ แม้แต่สิ่งที่เห็นแล้วเราไม่ชอบ เราก็ยัง
สามารถรับมาเป็นประโยชน์ได้ ถ้าเรารู้จักนำมาพิจารณา

จิตใต้สำนึก (Subconscious)

เป็นจิตของตัวเอง มีพลังมากกว่าจิตสำนึกมาก แต่ไม่รู้ผิดรู้ถูก เชื่อฟัง
จิตสำนึกอย่างไม่มีเงื่อนไข

การสื่อสารจิตใต้สำนึก ทำได้โดยการพูด/คิดอะไรซ้ำ ๆ บ่อย ๆ การพูด/คิด
อะไรซ้ำ ๆ บ่อย ๆ ทั้งที่ดีและไม่ดี จะทำให้สิ่งที่ดีและไม่ดีที่เราพูด/คิดเกิดกับตัวเรา

อย่างเวลาเราคิดอะไรไม่ออก แต่อยากจะทำอะไร ตัวเราเองก็ต้องคิดว่า "เดี๋ยว
คิดได้" หรือ "คิดออก" เมื่อจิตใต้สำนึกรับเข้าไปก็จะช่วยสนับสนุนทำให้เราคิดออก
ได้อย่างที่เราต้องการในที่สุด

พลังของจิตใต้สำนึกที่สำคัญคือ พลังเหนียวแน่น ดังนั้นถ้าเราคิดด้วยความมั่นใจ
ด้วยความมุ่งมั่น พลังเหนียวแน่นก็จะทำให้เรา ใฝ่อย่างที่เราคิด

การที่เราคิดอย่างมุ่งมั่น ส่งผลให้เราขยันคิดขยันทำ เกิดความเจริญก้าวหน้า

นอกจากนี้ จิตใต้สำนึก ยังควบคุมอวัยวะที่ทำงานแบบอัตโนมัติในร่างกาย
แม้แต่เมื่เรงก็จิตใต้สำนึกก็ควบคุมได้

และที่สำคัญ จิตใต้สำนึก จะบันทึกทุกอย่างที่สำคัญ ๆ ของเราไว้ ตั้งแต่ภพ
ชาติแรก การสะกดจิตเป็นการเข้าไปสื่อสารกับจิตใต้สำนึกโดยตรง จึงทำให้เราล่วงรู้ถึง
เรื่องต่าง ๆ ในอดีตชาติได้

การคิดบวก (Positive Thinking)

คือ การคิดโดยไม่ต้องใช้เรื่องของข้อเท็จจริง หรือข้อมูล หรือเหตุผล แต่เป็นการปลุกจิตของเราให้มีพลังที่ดี และมีประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสถานการณ์ เพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จทั้งทางจิตใจและกายภาพ

เป็นการคิดในทางที่ดี เมื่อจิตใต้สำนึกรับเข้าไป ก็จะเหนี่ยวนำให้เราได้แต่ในสิ่งที่ดี

ประโยชน์ของการคิดบวก

- ทำงานมีศักยภาพดีขึ้น
- มีโอกาสทำงานสำเร็จได้มากขึ้น
- คนรอบข้างจะดีขึ้นด้วย
- ทำให้ร่างกายแข็งแรง จิตใจเป็นสุขมากขึ้น
- ถ้ามีคนคิดบวกมากพอ จะทำให้สังคม ประเทศชาติ พัฒนาในทางที่ดีขึ้น

ทำอย่างไรจึงจะเป็นคนคิดบวก

- ใช้สติพิจารณาเสมอว่าสิ่งที่คิดอยู่นั้น เป็นการคิดบวก หรือคิดลบ
- ถ้ารู้ว่าคิดลบ ให้คิดใหม่ในด้านบวก
- ทบทวนว่าการคิดในด้านบวกเกิดประโยชน์ กับตัวเองอย่างไรบ้าง
- ฝึกคิดบวกบ่อย ๆ มองโลกในแง่ดีเสมอ

ในการคิดบวกนี้ อย่างในเรื่องสุขภาพของเรา ถึงเราจะเห็นว่าคนทั่วไปพออายุมากขึ้นก็จะมีโรคภัยไข้เจ็บ สุขภาพไม่แข็งแรง หากเราจะคิดบวก เราต้องคิดว่า “แม้เราอายุมากเราก็จะแข็งแรง” หรือ “เราแข็งแรงกว่าตอนอายุยังน้อย” เมื่อเราคิดบวกแล้ว โอกาสที่เราจะแข็งแรงตอนที่มีอายุมากก็จะสูงขึ้น

คนไทยมักจะชอบถ่อมตัว ใครชมเรามักปฏิเสธ แต่ถ้าเราเข้าใจเรื่องการคิดบวก เมื่อมีคนชม เราก็แค่กล่าวขอบคุณก็พอ อย่าไปปฏิเสธอีก เพราะยิ่งปฏิเสธ จิตใต้สำนึกของเราก็จะเหนี่ยวนำให้เราเป็นไปตามที่เราปฏิเสธนั้น

คนเราจึงต้องใช้สติปัญญาในการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด สิ่งใดดีหรือสิ่งใดไม่ดี และเลือกที่จะคิดและทำในสิ่งที่ดีและถูกต้อง อย่าปล่อยตัวไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น

การคิดบวก คิดดี เป็นการทำบุญ ดังนั้นทุกขณะจิตเราจึงสามารถทำบุญได้ตลอดเวลาด้วยการ “คิดบวก”

การคิดบวก เราสามารถคิดบวกได้กับ

1. ตัวเอง
2. ผู้อื่น
3. สถานการณ์

กรณีที่หัวหน้ามาว่าเรา เราก็คิดบวกได้ เช่น

- ต่อไปจะทำให้หัวหน้าชมเราให้ได้
- ได้ปรับปรุง เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ
- เจ้านายยังเห็นว่าเราสำคัญ
- เจ้านายอยากให้เราพัฒนา และแสดงว่าเรามีความหมายอยู่

กรณีเศรษฐกิจของบ้านเมืองกำลังมีปัญหา องค์กรของเรา กำลังจะแย่ เราก็คิดบวกได้ เช่น

- เราเองมีความสามารถที่จะทำให้องค์กรดีได้
- นี่คือโอกาสที่จะทำให้เราเป็นมืออาชีพ
- จะได้แสดงความสามารถของเราที่จะทำให้องค์กรฟื้นวิกฤต
- ในวิกฤต มีโอกาส
- ทุกปัญหามีทางออก/ทางแก้
- เดี่ยวเศรษฐกิจก็จะดีขึ้น
- วิกฤตเป็นภูมิด้านทางให้กับองค์กร องค์กรแข็งแกร่ง
- บริษัทเราอยู่รอดได้
- การเปลี่ยนแปลงต่อไปนี้ จะทำให้องค์กรดีขึ้น

เวลาเราเจอสถานการณ์ที่ไม่ดี เราต้องรู้จักคิดบวก คิดไปในทางที่ถูกต้อง และหากความคิดนั้นมีพลัง ก็จะมีนัยกับการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นสูงมาก

ความคิดที่ดี ๆ 1 ความคิด สามารถเปลี่ยนชีวิตให้ดีขึ้นได้

เรารู้สึกว่าบริษัทเอาเปรียบเราตลอดเวลา เราจะคิดบวกอย่างไร

เราต้องปลดคำว่า “เอาเปรียบ” ออกจากใจที่เราคิด ให้เราคิดว่าเราทำเราก็เจริญเราก็เก่ง ใช้จุดนี้เสริมกำลังใจให้กับเราเอง ถ้ายิ่งไปจ้องจับเรื่องบริษัทเอาเปรียบ เราก็จะยิ่งเจอแต่เรื่องนั้น

เรามีความรู้สึกว่าทำคุณไม่ขึ้น เราจะคิดบวกกับเรื่องนี้ได้อย่างไร

ให้คิดว่าเราจะทำโดยไม่หวังผลตอบแทน

คำถามฝึกคิด

เทวดามาประจำตัวทำไม ?

เหตุที่เทวดามาประจำตัวเรา เพราะเทวดาทำบุญได้น้อยกว่ามนุษย์ เมื่อมนุษย์ทำบุญ เทวดาก็จะอนุโมทนาบุญที่มนุษย์ทำ ซึ่งท่านก็จะได้อยู่บนสวรรค์นานขึ้น

การแผ่บุญแผ่กุศล ทำไมบุญของเราจึงไม่หมด ?

การแผ่เมตตา คือการมีจิตใจหวังดีกับคนอื่น การคิดดีเช่นนี้ทำให้เกิดบุญมากขึ้นอีกด้วย การพูดอนุโมทนาบุญ เป็นการยินดีที่ผู้อื่นทำดี คนที่พูดก็จะได้บุญแล้วสำหรับการทำบุญ ถ้าเราทำบุญโดยไม่หวังผลให้กับตนเองได้ ก็จะเป็นทางสู่มรรคผลนิพพานในที่สุด

เอนก สรูป/พิมพ์