**การบรรยาย วิชา 806510 หลักคิดและการวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์**
**หลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารเชิงกลยุทธ์ รุ่นที่ 3**
**คณะวิทยาการจัดการและสารสนเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก**
**โดย ดร. บุญเกียรติ โชควัฒนา และคณะ**
**วันที่ 14 พฤศจิกายน 2552 (ครั้งที่ 2)**

## อารัมภบท

นิสิตรุ่นนี้ถามคำถามเก่งมาก คำถามบ่งบอกถึงความสนใจของนิสิต เมื่อสนใจก็จะเกิดการติดตามและเกิดประโยชน์ตามมา นอกจากนี้คำถามยังทำให้รู้ว่าเรื่องใดที่นิสิตสนใจมาก เรื่องใดสนใจน้อย

คำถามเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาสมอง พัฒนาความคิด แต่คนจำนวนมากไม่ค่อยที่จะถามตัวเอง หรือถามแล้วแต่ก็ไม่มีคำตอบให้กับตัวเอง ดร.บุญเกียรติ จึงแนะนำให้ทุกคน "สอนตัวเอง" อยู่เสมอ การสอนตัวเองคือการที่เราถามแล้วตอบคำถามด้วยตัวเอง ซึ่งคำตอบก็ไม่จำเป็นจะต้องพิสูจน์ได้ ไม่ต้องมีหลักฐานหรือข้อมูลประกอบ เป็นการฝึกตั้งถามแล้วตอบตัวของเราเอง และเมื่อเราฝึกถามแล้วตอบตัวเองบ่อย ๆ ตัวเราเองก็จะเกิดความชำนาญ มีเหตุมีผล มีขั้นมีตอนในการคิดมากขึ้น

แต่คนจำนวนมากพอถามตัวเองแล้วก็บอกว่า "ไม่รู้ทำไมมันจึงเป็นเช่นนั้น" แล้วก็จบแค่นั้น ตอบแบบนี้บ่อย ๆ ก็จะติดเป็นความเคยชิน ทำให้เป็นคนที่ไม่ใช้ความคิด เพราะใช้แต่ความรู้สึก ใช้แต่อารมณ์ เราจึงต้องฝึกถามตัวเอง และตอบคำถามด้วยตัวเองอยู่เสมอ

คนสมัยนี้ไม่ค่อยจะยอมคิด ยิ่งการคิดเป็นภาพยิ่งไม่ชำนาญ เพราะปัจจุบันมีโทรทัศน์ คนจึงไม่ต้องสร้างมโนภาพอีกต่อไป แต่มโนภาพมีผลต่อจิตของเรามาก ถ้าเราสร้างมโนภาพที่ดี ๆ จิตของเราก็จะบันทึกเรื่องดี ๆ แต่ถ้าเราสร้างมโนภาพที่ร้ายๆ จิตของเราก็จะบันทึกแต่เรื่องร้าย ๆ จิตใต้สำนึกของเราจะมีพฤติกรรมแบบนี้ ฉะนั้นการสร้างมโนภาพ (Visualize) จึงเป็นสิ่งที่สำคัญต่อตัวของเราเองเป็นอย่างยิ่ง

พฤติกรรมของบางคน เวลาจะตอบอะไรจะพูดออกมาก่อนว่า "ไม่รู้นะ" คำพูดแบบนี้เป็นลบ การจะพูดอะไรเราจะต้องมีสติ คนส่วนใหญ่พูดอะไรออกไปก็ไม่ได้แยกแยะว่าเป็นลบหรือเป็นบวก เราต้องมีสติตลอดเวลาที่จะรู้ว่าตอนนี้เราพูดบวกหรือลบ คิดบวกหรือคิดลบ สิ่งนี้สำคัญมาก

พระพุทธเจ้าก็ทรงตรัสสอนให้เรามีสติ สอนให้เราคิดดี พูดดี ทำดี หรือก็คือคิดบวก พูดบวก ทำบวกอยู่ตลอดเวลานั่นเอง

ยิ่งสิ่งที่ดี ๆ มีประโยชน์ต่อตัวเราเอง เราต้องยิ่งคิดยิ่งตอกย้ำตัวเองให้บ่อย ๆ เพื่อให้สิ่งที่ดี ๆ นั้น บันทึกลงไปในจิตใต้สำนึกของเรา แล้วเกิดประโยชน์กับตัวเราเองในที่สุด

อีกสิ่งหนึ่งที่เราควรจะทำ คือทบทวนความคิดของตนเอง แล้วปรับเปลี่ยนความคิดของเราเองให้ดียิ่งขึ้น อย่างผู้ที่สำเร็จมหาบัณฑิต ส่วนใหญ่พอสำเร็จการศึกษาก็จะเริ่มหลงตัวเอง คิดว่าตนเองรู้มากกว่าคนอื่น หากเราได้ทบทวนจนรู้ถึงจุดอ่อนของความคิดนี้แล้ว เราก็ควรจะ

ปรับเปลี่ยนโดยให้คิดว่ามหาบัณฑิตศึกษามาเพียง 2 ปี ได้ความรู้มาน้อยมาก ความรู้ที่มีอยู่อีกมากมายสามารถหาได้จากเพื่อน ๆ จากที่ทำงาน หรือแม้แต่คนที่มีวัยวุฒิ คุณวุฒิที่น้อยกว่าเรา ความรู้ที่ได้นี้บางทีก็จะดีกว่า มากกว่า ความรู้จากในห้องเรียน อย่างแพทย์บางครั้งคนไข้ก็ให้ความรู้แก่เราได้ ถ้ามหาบัณฑิตรู้จักคิดเช่นนี้ ก็จะไม่เกิดพฤติกรรมที่หลงตัว ไม่ลืมตัว และจะประสบความสำเร็จกันมากขึ้น

คนเราทุกคนสามารถสอนตัวเองได้ แม้แต่ในเรื่องที่ยังไม่มีข้อมูล หรือเรื่องที่เราไม่เคยพบเห็นมาก่อนในชาติภพนี้ เราก็สอนตัวเองได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะคนเราทุกคนมีปัญญาญาณ (Intuition) ซึ่งสั่งสมประสบการณ์ต่าง ๆ ของเรามาตั้งแต่ในอดีตชาติ คนเราเกิดกันมาหลายภพชาติแล้ว แต่บางคนพออายุมากก็คิดว่า "แก่จะตายอยู่แล้วจะเรียนไปทำไม" จริง ๆ เรียนแล้วสั่งสมไปใช้ประโยชน์ในชาติภพต่อ ๆ ไปได้ อย่างบางคนจะเก่งคณิตศาสตร์ตั้งแต่เด็ก หรือเก่งดนตรีตั้งแต่เด็ก นั่นก็คือการสั่งสมมาตั้งแต่ชาติภพก่อน ๆ หากพิจารณาตัวของเราเองก็จะพบว่าเราเองก็มีบางเก่งกว่าคนอื่น แต่ถ้าเราสั่งสมพฤติกรรมที่ไม่ดีมา ก็ให้เราพยายามลดพฤติกรรมเหล่านั้นให้น้อยลง เราต้องพยายาม ลด ละ เลิก สิ่งที่ไม่ดีในตัวเรา

แต่สำหรับการทำงาน ทำการตลาด หรือการบริหาร ต้องไม่คิดเรื่อง ลด ละ เลิก เราต้องใช้คำว่า เริ่ม ทำ เพิ่ม แทน

สำหรับวิชา "หลักคิดและการวิเคราะห์เชิงกลยุทธ์" นี้ ก็เป็นการวิเคราะห์ในเชิงกลยุทธ์ เวลาเราฟังอะไรไป เราก็ต้องพิจารณาว่าเรื่องใดนำไปใช้ได้ตลอด เรื่องใดใช้ในสถานการณ์อย่างนี้จึงจะถูก เรื่องใดยังไม่ถึงสถานการณ์ที่จะต้องใช้ เราต้องรู้จักแยกแยะ เช่น เราต้องแยกแยะให้รู้ว่าบริษัทของเราตั้งขึ้นมาเพื่ออะไร ทุกบริษัทตั้งขึ้นมาเพื่อทำกำไร และเจริญเติบโต แต่บางคนกลับมีความคิดต่อต้านกำไร เห็นว่าการมีกำไรเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง จึงทำกำไรแต่พอตัว ปีนี้ทำกำไรแค่นี้ ปีหน้าก็ทำแค่นี้ ทั้ง ๆ ที่ค่าใช้จ่ายก็เพิ่มขึ้นทุกปี และบริษัทก็ต้องเติบโต เราจึงต้องทำให้ธุรกิจของเรามียอดขายเพิ่มขึ้น มีกำไรเพียงพอที่จะทำให้ธุรกิจเติบโตไปได้ เพียงพอที่จะขึ้นเงินเดือนให้กับพนักงาน และที่สำคัญธุรกิจจะต้องสุจริต เกิดผลที่ดีต่อพนักงาน ตัวเรา และสังคม

สำหรับสิ่งที่เราจะต้องลดอีกอย่างหนึ่งก็คือ การปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ หรือการปล่อยก๊าซเรือนกระจก ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาที่ร้ายแรงต่อโลกของเรา เรารู้กันหรือไม่ว่าแม้แต่การรับประทานอาหารให้น้อยลงก็สามารถลดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ได้แล้ว เรื่องนี้มีการคำนวณออกมาเลยว่าเนื้อ 1 ชิ้นที่เรารับประทานเท่ากับได้ปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ไปเท่าไร อย่างรถยนต์ 1 คัน วิ่งในระยะทาง 1 กิโลเมตร จะปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกมาอย่างน้อย 200 กรัม น้ำหนัก 200 กรัมสำหรับก๊าซนับว่าเยอะมาก หากลองคำนวณดูรถในประเทศไทยว่ามีกี่คัน แต่ละคันวิ่งปีละกี่กิโลเมตร รวมแล้วแค่รถยนต์ก็ปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์มหาศาลเลว ยิ่งถ้ารถคันใหญ่ ก็จะปล่อยมากกว่านี้อีก อาจจะถึง 500 กรัมต่อกิโลเมตรเลยทีเดียว คนทั่วไปไม่ค่อยจะรู้ในสิ่งเหล่านี้เพราะขาดความละเอียดอ่อน คู่มือรถยนต์ก็เขียนเอาไว้ว่ารถปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์กิโลเมตรละเท่าไร แต่ไม่ค่อยมีใครอ่าน

## จิตใต้สำนึก (Subconscious)

จิตใต้สำนึก เป็นจิตที่อยู่ในตัวเราทุกคน แต่คนส่วนใหญ่จะไม่ทราบว่ามี เพราะจิตใต้สำนึกมองไม่เห็น จับต้องก็ไม่ได้ เป็นนามธรรม ซึ่งคนในปัจจุบันจะไม่เชื่อในสิ่งที่มองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ พิสูจน์ไม่ได้ และความคิดนี้ก็กลายเป็น Mindset ของเราไป

จิตของเราที่สำคัญ ๆ จะมีจิตสำนึก (Conscious) และจิตใต้สำนึก (Subconscious) จิตสำนึก คือภาวะที่จิตตื่น รู้สึกตัว สามารถตอบสนองต่อสิ่งเร้าจากประสาทสัมผัสทั้ง 5 คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ส่วนจิตใต้สำนึกนั้นจะส่งผลให้กับตัวของเราตอนที่เราไม่รู้ตัว

จิตใต้สำนึกจะเก็บข้อมูลต่าง ๆ ของเราไว้ตั้งแต่ในภพชาติแรกที่เราเกิดมา โดยเก็บ Moment ที่สำคัญ ๆ ของเราไว้ทั้งหมด มีเนื้อที่สำหรับเก็บข้อมูลเยอะมากเก็บเท่าไรก็ไม่เต็ม อย่างการสะกดจิต หรือถอยจิต นักสะกดจิตจะสะกดจิตของเรา เข้าไปในจิตใต้สำนึก แล้วจึงไปถอยภาพต่าง ๆ ในจิตใต้สำนึกออกมา เสมือนการ Replay เทปเหตุการณ์ของเราในอดีตชาติ คนเราจึงมีนิสัย หรือจริตต่าง ๆ ที่ไม่เหมือนกัน แม้จะเติบโตมาจากสิ่งแวดล้อมเดียวกัน เป็นพี่น้องกัน หรือแม้แต่เป็นฝาแฝดก็ตาม เป็นเพราะประสบการณ์ที่สั่งสมมาจากอดีตชาติที่ต่างกันนั่นเอง

สิ่งต่าง ๆ ที่สั่งสมมาจากอดีตชาตินี้ เวลาเราเกิดใหม่จะถูกปิดมิติไว้ไม่ให้จำได้ แต่เนื่องจากทุกสิ่งไม่มีอะไรสมบูรณ์แบบ ไม่มีอะไร 100% แม้แต่ระบบของสวรรค์และนรกก็ยังไม่สมบูรณ์แบบ เราจึงเคยเห็นบางคนที่ระลึกชาติได้ ฉะนั้นเมื่อแม้แต่สวรรค์และนรกก็ยังบกพร่องข้อบกพร่องของเราทุกคนจึงเป็นเรื่องธรรมดา ตัวเราเองก็บกพร่องได้ ลูกน้องก็บกพร่องได้ เจ้านายหรือเพื่อน ๆ ก็บกพร่องได้ ฉะนั้นเวลาใครบกพร่องเราก็อย่าไปโมโห อย่าโกรธ อย่าไปต่อว่าเขา เราอย่าเข้าข้างตัวเองมากเกินไป เพราะตัวเราเองก็บกพร่องได้เช่นกัน เวลาลูกน้องหรือผู้ใต้บังคับบัญชาบกพร่อง เราจึงต้องรู้จักให้อภัยเขาเหล่านั้น

จิตใต้สำนึกยังมีพฤติกรรมที่ “ไม่เคยหลับ” อย่างตอนที่เราตื่น รู้สึกตัวมีสติอยู่นี้ เรากำลังใช้จิตสำนึกอยู่ ส่วนเวลานอนหลับถึงแม้จิตสำนึกก็จะหยุดทำงาน แต่จิตใต้สำนึกไม่ได้หลับตามไปด้วย อย่างเวลาคนเรากำหนดว่าจะตื่นนอนเวลาไหน เราก็จะสามารถตื่นเองได้โดยไม่ต้องใช้นาฬิกาปลุก เพราะจิตใต้สำนึกที่ไม่เคยหลับปลุกเราเมื่อใกล้เวลาที่ตั้งใจไว้ ส่วนคนที่ต้องอาศัยนาฬิกาปลุกมักจะเป็นคนที่ไม่มั่นใจ หรือจิตเขาขี้เกียจตื่น

อีกตัวอย่างหนึ่ง บุตรสาวของ ดร.บุญเกียรติ เวลานั่งรถยนต์มาที่ทำงานจะหลับมาตลอดทาง แต่จะตื่นตอนที่รถเลี้ยวเข้าซอยบริษัท ทุกครั้ง ดร.บุญเกียรติ เคยลองขับช้า ๆ เงียบ ๆ พอใกล้จะถึงทางเลี้ยวเข้าบริษัทก็จะลืมตาตื่น ก็เป็นเพราะจิตใต้สำนึกที่ไม่เคยหลับปลุกให้ตื่นในจุดที่กำหนดจิตไว้

จิตใต้สำนึกยังมีพลังเหนี่ยวนำ ซึ่งเป็นพลังที่มีความสำคัญมาก พลังนี้จะเหนี่ยวนำให้เราพบเจอกับสิ่งต่าง ๆ ตามที่เราคิดหวัง อย่างตอนนั่งรถยนต์มาพิษณุโลกเมื่อวานนี้ ระหว่างทางก็อ่านหนังสือทำนายดวงชะตาในปีหน้า ตอนนั้นอ่านปีนักษัตรของ ดร.สุรัตน์ เสร็จ กำลังคิดถึง ดร.สุรัตน์ อยู่ ๆ ดร.สุรัตน์ก็โทรศัพท์เข้ามา ซึ่งก็เกิดจากพลังเหนี่ยวนำของจิตใต้สำนึกนั่นเอง

เหตุการณ์ทำนองเดียวกันนี้ก็มักจะเกิดกับหญิงชายที่รักกันอยู่ เวลาที่คิดถึง เขาก็จะ

โทรเข้ามา ส่วนบางคนโทรไปหาเขาโทรเท่าไรก็สายไม่ว่างเพราะเขาก็กำลังโทรสวนมาเช่นกัน เหล่านี้คือปรากฏการณ์ของพลังเหนี่ยวนำของจิตใต้สำนึก โดยคนที่เชื่อว่าจิตใต้สำนึกมีพลัง เขาก็จะมีพลัง

พลังเหนี่ยวนำของจิตใต้สำนึกนี้ จะเหนี่ยวนำให้สิ่งต่าง ๆ ทั้งที่ดีและไม่ดีให้เกิดขึ้นกับตัวเราตามที่เราคิด การที่เราคิดบวก คิดแต่ในสิ่งที่ดี ก็จะทำให้จิตใต้สำนึกเหนี่ยวนำแต่สิ่งที่ดีมาให้เรา แต่ถ้าเราคิดลบ จิตใต้สำนึกก็จะเหนี่ยวนำเรื่องที่ไม่ดีมาให้เราได้ ที่เป็นเช่นนี้เพราะจิตใต้สำนึกไม่รู้ผิดรู้ถูก เชื่อฟังจิตสำนึก 100% ดังนั้นพอเราคิดถึงสิ่งใดบ่อย ๆ จิตใต้สำนึกก็จะรับเข้าไปและเหนี่ยวนำสิ่งนั้นให้กับเราไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม เวลาจะทำให้จิตใต้สำนึกรับสิ่งใดเข้าไป เราจะต้องคิดบ่อย ๆ พูดบ่อย ๆ ในเรื่องนั้น และต้องเป็นความคิดหรือคำพูดที่สั้น ๆ ง่าย ๆ ที่ไม่ต้องแปลความ จิตใต้สำนึกจึงจะรับเข้าไปได้

จิตใต้สำนึกนี้ เปรียบได้กับยักษ์ในตะเกียงวิเศษ ส่วนจิตสำนึกก็เปรียบได้กับอาละดิน ไม่ว่าอาละดินจะสั่งอะไร ยักษ์ซึ่งมีพลังมหาศาล สามารถทำได้ทุกอย่าง ก็เชื่อฟังและทำตามโดยไม่มีเงื่อนไข

สมมติเราคิดหรือพูดว่า เราเป็นคนดี เราเป็นคนเก่ง คิดหรือพูดบ่อย ๆ จิตใต้สำนึกจะรับเข้าไปแล้วเหนี่ยวนำทำให้เราเก่งขึ้น ดีขึ้น และประสบความสำเร็จ แต่ในทางกลับกันถ้าเราคิดหรือพูดว่า เราโง่ คิดหรือพูดบ่อย ๆ ถึงแม้จะเป็นการพูดเล่นแต่จิตใต้สำนึกก็รับเข้าไปแล้วฉุดให้เราโง่ตามที่เราคิดหรือพูดไว้ เพราะจิตใต้สำนึกไม่รู้ผิดรู้ถูก ไม่รู้ว่าจริง ๆ เราไม่ต้องการที่จะให้ตัวเองโง่ หรือไม่รู้ว่าอะไรเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีกับตัวเราเอง

อย่างเวลาคนชมว่า “เก่ง” คนไทยจะพูดถ่อมตัวทันทีว่า “ไม่เก่ง” พูดบ่อย ๆ คำพูดเหล่านี้ก็จะบันทึกเข้าไปในจิตใต้สำนึก เหนี่ยวนำให้เกิดผลลบต่อตัวเอง ดังนั้นเวลาใครชมเราก็ให้เรากล่าวขอบคุณเขาเท่านั้นก็พอ นอกจากนี้เรายังต้องฝึกชื่นชมตัวเอง ชื่นชมคนอื่น ชื่นชมสังคมและประเทศชาติด้วย

จิตใต้สำนึกนอกจากจะรับสิ่งต่าง ๆ จากจิตสำนึกแล้ว ยังรับมาจากสิ่งที่อยู่รอบตัวของเรา สิ่งที่เราเห็น สิ่งที่เราฟังมาได้อีกด้วย การที่คนไทยชอบสอนลูกหลานว่า อย่าทำตัวกร่าง อย่าหลงตัว อย่าลืมตัว อย่าพูดอะไรโอ้อวดเกินจริง จึงมีผลทำให้คนไทยเราสู้ฝรั่งไม่ได้ มีอะไรดี ๆ ก็ไม่กล้าพูดกลัวจะเป็นการโอ้อวด สำหรับคนที่ชอบดูละครน้ำเน่าซึ่งมีแต่เรื่องร้าย ๆ อิจฉาริษยา ทะเลาะตบตีทำร้ายกัน ดูบ่อย ๆ สิ่งที่ไม่ดีเหล่านั้นก็บันทึกเข้าไปในจิตใต้สำนึก ชีวิตก็จะแย่ลง คำพูดต่าง ๆ ก็จะกร้านขึ้น มีพฤติกรรมเป็นคุณนายใจร้ายมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว

## Mindset

Mindset เกิดจากประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เราประสบทั้งดีและร้าย สมมติเราทำอะไรพลาดแล้วเกิดความกลัว แล้วเราก็ไม่กล้าที่จะทำสิ่งนั้นอีก นี่คือ Mindset ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการที่จิตของเราโดนกระทบกระทั้งจากภายนอก หรือจากการกระทำของเราเอง แล้วมีผลต่อพฤติกรรมของเรา

อย่างเราได้ยินว่ารัฐบาลอ่อนแอ ได้ยินบ่อย ๆ นาน ๆ ไป เราก็จะมองว่ารัฐบาลอ่อนแอ

เกิดเป็น Mindset ขึ้น บางคนรู้สึกว่าตัวเองเรียนหนังสือไม่เก่ง พอคิดบ่อย ๆ ก็จะฝังเข้าไปในจิตเกิดเป็น Mindset แล้วก็จะพาลไม่เก่งในเรื่องอื่น ๆ ตามไปด้วย

เราต้องรู้ว่า Mindset ที่เรามีอยู่ อันไหนดี อันไหนไม่ดี และต้องรู้ว่าจะแก้ Mindset ที่ไม่ดีเหล่านั้นได้อย่างไร โดยเราต้องรู้สาเหตุของ Mindset ที่ไม่ดีเหล่านี้ว่ามาจากไหน เช่นมาจากประสบการณ์ที่ผ่านมา มาจากนิสัยของเราตั้งแต่ตอนเด็ก ฯลฯ

คำจำกัดความของ **Mindset ก็คือ ฐานความคิดที่เรายึดติด ซึ่งมีทั้งที่เป็นบวกและลบ ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว โดยเป็นความเชื่อที่ฝังอยู่ในจิตใต้สำนึก ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรม**

หรือก็คือสิ่งที่เราคิดอยู่บ่อย ๆ จนเราเองยึดติดกับฐานความคิดนั้น ซึ่งมีทั้งที่เป็นบวกและลบ ถ้าจิตใต้สำนึกรับเรื่องที่เป็นบวก Mindset ของเราก็จะเป็นบวก ถ้ารับเรื่องที่เป็นลบ Mindset ของเราก็จะเป็นลบ โดยมีทั้งเรื่องที่เรารู้ตัวและไม่รู้ตัว เป็นความเชื่อที่ฝังในจิตและมีผลต่อพฤติกรรมของเรา แม้แต่ Mindset ที่เกิดจากเรื่องราวในชาติภพที่แล้ว ๆ ที่เราไม่รู้ตัว ก็ยังสะท้อนออกมาในพฤติกรรมหรือนิสัยของเราได้

ผู้บริหารระดับสูงคนหนึ่ง เป็นคนที่ร่างกายไม่ค่อยแข็งแรง สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือเขาขับรถคนเดียวไม่ได้ เขากลัวมาก เวลาขับรถคนเดียวเขาจะเป็นลม แต่ถ้ามีคนนั่งอยู่ข้าง ๆ ขับรถไปที่ไหน ๆ ก็ขับได้ พฤติกรรมนี้เกิดจากเขาเคยนั่งรถแล้วเป็นลม เพราะร่างกายไม่แข็งแรง หลังจากนั้นก็เกิดเป็น Mindset ติดตัวเขามาตลอด

ฉะนั้นหากเราไม่พิถีพิถันคิดแต่เรื่องลบ ๆ ก็จะเกิด Mindset ที่ไม่ดี ทุกคนก็คงเคยได้ยินมาว่าคนดีก็จะดึงดูดคนดี คนไม่ดีก็จะดึงดูดคนไม่ดี เวลาเราคิดอะไรที่ดี ๆ ก็จะมีคนดีเข้ามาหา ถ้าคิดไม่ดี คนที่ไม่ดีก็จะเข้ามาหา เราจึงต้องพิถีพิถันกับความคิดของเราให้มาก ๆ เพราะทุกความคิดล้วนมีผลต่อตัวเราทั้งที่เรารู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม

**ตัวอย่าง Mindset ที่เป็นบวก**

- ทุกคำถามมีคำตอบ ทุกปัญหามีทางแก้
- เป็นผู้ให้ดีกว่าเป็นผู้รับ
- คิดดี พูดดี ทำดี แล้วสิ่งดี ๆ จะเกิดกับเรา
- เราทำได้
- เชื่อไว้ก่อน หากความเชื่อนั้นไม่ทำให้ใครเดือดร้อน

**ตัวอย่าง Mindset ที่เป็นลบ**

- กล้าขอก็กล้าให้
- เขาทำได้เพราะเขามีเงิน เราทำไม่ได้เพราะเราไม่มีเงิน / เขาทำได้เพราะเขาเรียนมา เราทำไม่ได้เพราะเราไม่ได้เรียนมา / เขาทำได้เพราะเขามีประสบการณ์ เราทำไม่ได้เพราะเราไม่มีประสบการณ์
- ฉันก็เป็นของฉันอย่างนี้
- เป็นแชมป์ไม่ยาก แต่รักษาแชมป์ยากกว่า

Mindset ที่เป็นลบจะเป็นตัวที่ฉุดเรา เราจึงต้อง**ปลด Mindset** ที่เป็นลบออกไป ด้วยวิธีการต่อไปนี้

1. รู้ก่อนว่า เรามี mindset อะไรบ้างทั้งลบทั้งบวก
    - หาสาเหตุของ mindset ที่เป็นลบ ถ้าหาเจอ
2. พิจารณาว่า mindset ที่เป็นลบนั้นหน้าจะไม่ดีต่อตัวเราอย่าง
3. คิดในทางบวกที่ตรงกันข้าม บอกตัวเองซ้ำ ๆ
4. ระลึกได้ตลอดเวลาถึง mindset ที่เป็นบวกนั้น ๆ
5. ทบทวนว่า mindset ที่เป็นบวกนั้น ๆ ว่าทำประโยชน์ให้กับเราอย่างไรบ้าง

Mindset ของบางคนทำให้เขามีพฤติกรรมที่ไม่ชอบกินผัก กินผักไม่ได้เลย เป็นเพราะตอนเด็ก ๆ อาจจะแค่ครั้งเดียวเท่านั้น กินก๋วยเตี๋ยวแล้วพบว่าในผักมีหนอนอยู่ตัวหนึ่ง หลังจากนั้นเขาก็ไม่กินผักไปตลอดชั่วชีวิต พยายามกินก็ได้แค่นิดหน่อย จนปัจจุบันอายุ 60 ก็ยังกินผักไม่ได้ สรุปว่าเขาเป็นคนที่มี Mindset ที่เป็นลบที่ยังไม่สามารถปลดได้

บางคนไม่ทานปลา เพราะเคยเจอก้างปลาติดคอ อาจโดยตั้งแต่เด็ก ๆ ก้างปลาติดคอครั้งเดียว ก็ไม่ยอมทานปลาอีกเลย เพราะเขาเหล่านั้นไม่รู้จักวิธีการปลด Mindset

การที่จะปลด Mindset ที่ไม่ดี เราต้องดำเนินตามวิธีการปลด Mindset ทั้ง 5 ข้อ เช่น

**Mindset:** เราเป็นคนขี้ลืมมาก จะทำอะไรก็ต้องลืม วิธีปลด

1. พิจารณาแล้ว Mindset นี้เป็นลบ
    - เกิดจากคุณแม่ตอกย้ำว่าเราเป็นคนขี้ลืม ลืมตลอด ลืมทุกอย่าง
2. Mindset นี้ทำให้ลืมข้าวของเป็นประจำ
3. เราต้องคิดตรงข้ามว่าเราเป็นคนมีสติในการทำทุกอย่าง หรือ เราจำได้ทุกเรื่อง
4. เราต้องคิด/พูดกับตัวเองเช่นนี้บ่อย ๆ
5. สังเกตุตัวเองว่าลืมน้อยลง หรือไม่ลืมอีกเลยหรือไม่

**Mindset:** เรื่องตัวเลขจะทำผิดทุกที วิธีปลด

1. Mindset นี้เป็นลบ
    - เกิดจากเคยตอนเด็ก ๆ เคยโดนตำหนิเวลาคิดเลขผิด
2. จะหนีไม่ยอมทำเรื่องที่เกี่ยวกับตัวเลข เจอตัวเลขหลักแสนแต่พูดเป็นหลักพัน หลักร้อย
3. คิดตรงข้ามว่าเราทำได้ คิดที่จะสู้ไม่ถอยหนี
4. คิดในทางตรงข้ามนี้ซ้ำ ๆ บ่อย ๆ
5. ทำให้ไม่กลัวตัวเลขอีกต่อไป สามารถเรียนผ่านวิชาที่เกี่ยวกับตัวเลขได้

การปลด Mindset ที่เป็นลบ นอกจากมีประโยชน์ต่อตนเองแล้ว ก็ยังมีประโยชน์ต่อคนอื่นด้วย อย่างลูกของเรา เรามักจะย้ำเรื่องวินัย เรื่องเวลา หากตัวเราเองมีวินัยเรื่องเวลาแล้วก็จะสามารถสอนลูกให้มีวินัยทางด้านเวลาได้ดียิ่งขึ้น แต่ถ้าตัวเองไม่มีวินัยทางด้านเวลา แล้วจะไปสอนลูกได้อย่างไร เราคงไม่กล้าสอนลูกให้ไปตรงเวลา เพราะกลัวลูกจะย้อนว่าพ่อแม่ยังไม่ตรงเวลาเลยแล้วจะให้ลูกตรงเวลาได้อย่างไร เราจึงต้องเริ่มจากการเปลี่ยน Mindset ของตัวเองก่อน เปลี่ยนเป็นคนตรงเวลา เมื่อเปลี่ยนแล้วเราจึงไปแนะนำลูกได้

## คิดบวก (Positive Thinking)

**คือ การคิดโดยไม่ต้องใช้เรื่องของข้อเท็จจริง หรือข้อมูล หรือเหตุผล แต่เป็นการปลุกจิตของเราให้มีพลังที่ดี และมีประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสถานการณ์ เพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จทั้งทางจิตใจ และกายภาพ**

**บางคนจะคิดบวกได้เมื่อมีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นมา และมักจะคิดอิงกับไปกับข้อเท็จจริง "วันนี้แย่ขนาดนี้เราจะสำเร็จได้อย่างไร" หรือไปอิงกับสถานการณ์ "เศรษฐกิจไม่ดีอย่างนี้สงสัยเราจะต้องปิดกิจการแน่" แต่คนที่คิดบวกถึงจะประสบกับเหตุการณ์ที่แย่ ๆ ก็ยังคิดบวกได้ การคิดบวกนี้ไม่ใช่เรื่องของเหตุผล ไม่ใช่เรื่องของสถานการณ์หรือข้อเท็จจริง ให้เราคิดไปในแนวที่จะสามารถปลุกจิตของเราเองให้เกิดพลัง พลังที่เกิดขึ้นนี้เกิดจากจิตใต้สำนึก หากเราใส่สิ่งที่เป็นบวก เราก็จะได้พลังที่เป็นบวก แต่หากเราใส่สิ่งที่เป็นลบ เราก็จะได้พลังที่เป็นลบ**

**อย่างช่วงวิกฤตเศรษฐกิจปี 40 คนส่วนใหญ่จะบอกว่า "แย่" และจะแย่ลงไปอีก พูดกันทุกวัน ยิ่งพูดก็ยิ่งมีแต่เรื่องแย่ ๆ สำหรับ ดร.บุญเกียรติ จะบอกว่า "เศรษฐกิจจะดีขึ้น ๆ" "ปีหน้าก็จะดีขึ้น ๆ" การคิดบวกเช่นนี้ทำให้บริษัทสในเครือสหพัฒน์ใช้เวลาเพียง 3 ปีก็สามารถประกาศตัวว่าพ้นจากวิกฤตเศรษฐกิจในครั้งนั้นได้ ส่วนคนที่คิดลบเอาแต่บ่น เอาแต่ว่ารัฐบาลแทนที่จะเอาเวลามาหาวิธีที่จะทำให้ตัวเองดีขึ้น ว่าไปว่ามาตัวเองก็ต้องปิดกิจการไป**

**ประโยชน์ของการคิดบวก**

1. **ทำให้เรามีศักยภาพในการทำงานดีขึ้น**
2. **มีโอกาสทำงานได้สำเร็จมากขึ้น**
3. **คนรอบข้างจะดีขึ้นด้วย**
4. **ทำให้ร่างกายแข็งแรง จิตใจเป็นสุขมากขึ้น**
5. **ถ้ามีคนคิดบวกมากพอ จะทำให้สังคม ประเทศชาติ พัฒนาในทางที่ดีขึ้น**

**ทำอย่างไรจึงจะเป็นคนคิดบวก**

1. **ใช้สติพิจารณาเสมอว่าสิ่งที่คิดอยู่นั้นเป็นการคิดบวกหรือคิดลบ**
2. **ถ้ารู้ว่าคิดลบ ให้คิดใหม่ในด้านบวก**
3. **ทบทวนว่าการคิดในด้านบวกเกิดประโยชน์กับตัวเองอย่างไรบ้าง**
4. **ฝึกคิดบวกบ่อย ๆ มองโลกในแง่ดีเสมอ**

**ตัวอย่างการคิดบวก**

- **ถูกหัวหน้าต่อว่าโดยที่ไม่ใช่ความผิดของเรา สามารถคิดบวกได้ว่า**
  - **ไม่ช้าหัวหน้าจะเข้าใจเรา**
  - **โชคดีที่เรารู้ว่าหัวหน้าคิดอย่างไร และเป็นโอกาสให้เราได้ชี้แจง**
- **เรารู้สึกว่ามีปัญหาที่จะต้องแก้ไขมากเหลือเกิน สามารถคิดบวกได้ว่า**
  - **มีปัญหาเยอะ เราได้คิดเยอะ ๆ เราจะเก่ง**
  - I believe I can.
  - **ยิ่งแก้ปัญหา เรายิ่งเก่ง องค์กรก็ยิ่งพัฒนา**
  - **เป็นโอกาสในการพัฒนาตัวเอง**

**การคิดบวกนี้ เราต้องคิดหรือพูดไม่ต้องให้จิตใต้สำนึกถอดรหัส หลาย ๆ คนมักนำเอาข้อเท็จจริง คำคม ฯลฯ คิดหรือพูดปะปนกันไปหมด จิตใต้สำนึกจึงไม่รู้จะเอาอย่างไรดี ยิ่งคิดหรือพูดหลาย ๆ อย่างจิตใต้สำนึกก็จะยิ่งงง ฉะนั้นตอนคิดหรือพูดต้องฟันธง ให้สั้น ตรงประเด็น และเข้าใจง่าย ๆ เพราะจิตใต้สำนึกเปรียบเสมือนเด็กที่มีพลังมหาศาล หากพูดกับเด็กว่า "ทำทุกอย่างให้มีบูรณาการนะ" เด็กก็คงฟังไม่รู้เรื่อง หรือแม้แต่บอกขั้นตอนอะไรยาว ๆ เด็กก็มักจะทำตรงนี้ลืมตรงนั้น ดังนั้นการที่เรายังติดอยู่กับหลักการ ข้อมูล ข้อเท็จจริง จึงทำให้จิตใต้สำนึกของเราไม่เข้าใจเรื่องคิดบวก**

## Zero base Thinking

**หมายถึง การคิดแบบ ไม่มีข้อจำกัด ไม่ยึดติดกับฐานข้อมูลเดิม ไม่มีกรอบจำกัดทางด้านความคิด ไม่ติดเงื่อนไข**

**คนที่สำเร็จมหาบัณฑิตมักจะชอบอ้างอิงถึงข้อมูล ทำให้ไม่เกิดความคิดสร้างสรรค์ ไม่เกิดอะไรใหม่ ๆ ที่แตกต่าง หรือไม่มี Innovation จะติดอยู่กับสิ่งเดิมที่มีอยู่ ที่ทำอยู่ก่อนแล้ว**

**การคิด Zero base เป็นการคิดที่เริ่มด้วยการไม่ต้องรู้ว่าใครเคยทำอย่างไร หรือมีอะไรมาก่อนหน้านี้ ถ้าเราคิดว่าเราน่าจะคิดอย่างนี้ก็ให้เราคิดไปเลย การฝึกคิดแบบนี้จะทำให้เรามีโอกาสคิดในสิ่งที่แปลกแตกต่างได้ เป็นการคิดเพื่อให้สนองกับสิ่งที่เราต้องการ หรือวัตถุประสงค์ที่เราตั้งไว้**

**การคิด Zero base ส่วนมากจะต้องมีวัตถุประสงค์ แล้วคิดหาวิธีการ แต่คนส่วนใหญ่จะทำอะไรก็จะไปค้นตำรา ไปหาเอกสาร ได้ข้อมูลมาเยอะไปหมดแต่ไม่ได้พิจารณาว่าข้อมูลเหล่านั้นใช้ได้หรือไม่อย่างไร ได้แต่ทำไปตามข้อมูลที่ได้มา จึงไม่เกิดอะไรที่แตกต่างหรือดีขึ้นกว่าของเดิม นอกจากนี้ข้อมูลที่ได้มาบางอันก็เป็นข้อมูลที่ไม่ใช่ ไม่ถูกต้อง เวลาเราจะคิดทำอะไรเราจึงควรคิดแบบ Zero base ที่ไม่ต้องไปหาข้อมูล หรืออ้างอิงข้อมูลในอดีตก่อน**

**Zero Base Thinking จะคิดได้อย่างไร**

- **ตั้งคำถามในสิ่งหรือประเด็นต่าง ๆ และหาคำตอบ ด้วยตนเองก่อน โดยไม่ต้องอ้างอิงข้อมูลเดิม**
- **ตั้งเป้าหมาย ตั้งวัตถุประสงค์ และหาวิธีหรือกระบวนการที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย หรือวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้**
- **ตั้งสมมติฐานในสิ่งต่าง ๆ และหาวิธีทดสอบ และค้นคว้า เพื่อพิสูจน์ว่าสมมติฐานนั้นเป็นจริงหรือไม่ อย่างไร**

**"คำตอบไม่จำเป็นต้องมีคำตอบเดียว"**

**"คำตอบไม่จำเป็นต้องมีคนอื่นรับรองว่าถูกต้อง"**

**Zero base Thinking เป็นการที่เราคิดโดยใช้ปัญญาญาณ (Intuition) หรือประสบการณ์ที่เรามีตั้งแต่ในอดีตชาติ ซึ่งทำให้ตัวเราเองรู้บางอย่างได้โดยไม่ต้องไปถามใคร**

**และที่ ดร.บุญเกียรติ แนะนำเรื่องจิตใต้สำนึก ก็เพื่อให้ตัวเราสามารถแก้ปัญหาของตัวเองได้ เพราะเราสามารถกำหนดทุกอย่างได้ด้วยตัวของเราเอง โดยไม่ต้องให้คนอื่นมาช่วย**