

คุณแจจ

นิทานสารคดีที่ปลื้มใจคุณ!

กล้าฝัน...

“ใช่แล้ว ฉันทำได้!”

เรื่องราวที่ให้แรงบันดาลใจของผู้คน
ที่พิสูจน์ให้เห็นว่าคนที่บอกว่าทำไม่ได้
คือฝ่ายที่คิดผิด

มุ่งสู่เป้าหมาย

ช่วยเด็กให้เอื้อมถึงความฝัน

กล้าเป็นคนยิ่งใหญ่



3

ความฝันของผม

4

“ใช่แล้ว ฉันทำได้!”

เรื่องราวที่ให้แรงบันดาลใจของผู้คนที่พิสูจน์ให้เห็นว่าคนที่บอกว่าทำไม่ได้คือฝ่ายที่คิดผิด

เด็กคนสุดท้ายที่ถูกเลือก

5

ผู้จัดการที่ไม่ใช่พนักงาน

6

เด็กหนุ่มผู้ยังอยู่ในวงการภาพยนตร์

7

“คุณศึกษาเรื่องเหลวไหล”

8

มุ่งสู่เป้าหมาย

ช่วยเด็กให้เอื้อมถึงความฝัน

10

กล้าฝัน...

...แรงทะยาน

12

ข้อควรคิด

กล้าเป็นคนยิ่งใหญ่

ฉบับ
ออกแบบ

ชุดที่ 3 เล่มที่ 1
ยูเอ็ม กราฟ

อีเมลล์
เว็บไซต์

family@thaifamily.org
www.thaifamily.org

Copyright © 2011 by Motivated
สงวนลิขสิทธิ์

“ข้าพเจ้าใฝ่ฝัน ... !” พวกเราส่วนใหญ่คงเคยได้ยินคำพูดที่เลื่องลือนี้ ซึ่งกลายเป็นสุนทรพจน์ความยาวสิบนาที เพื่อเรียกร้องความเสมอภาคด้านเชื้อชาติ และการยุติการเลือกปฏิบัติ โดย ดร. มาร์ติน ลูเธอร์ คิง จูเนียร์ เมื่อวันที่ 28 สิงหาคม ค.ศ. 1963 บางทีเหตุผลที่คำพูดดังกล่าวยังคงส่งผลกระทบต่อคนจำนวนมาก อาจเป็นเพราะเราต่างก็มีความฝัน คือความฝันสำหรับชีวิตเราเอง ความฝันสำหรับบุตรหลาน ความฝันสำหรับอนาคต ความฝันต่าง ๆ นานา ความฝันบางอย่างถูกเก็บไว้เป็นความลับ ซึ่งคงมีเหตุผลที่เป็นเช่นนั้น และแยกไว้ว่าเป็นแนวคิดที่ไม่เป็นจริง แต่จะเป็นอย่างไร ถ้าความฝันของเราจากกลายเป็นจริง

ขณะที่เรียบเรียงนิตยสาร *กฎแฉใจ* ฉบับแรก เราเคยทำงานในประเทศกำลังพัฒนา จำนวนกว่า 20 ประเทศ ในหมู่ผู้คนที่ใช้ชีวิตภายใต้สภาพการณ์ที่อับโชค บ่อยครั้งก็ลำบากยากเข็ญ บางคนมีความทรหดอดทน แต่หลายคนท้อแท้ และต้องได้รับกำลังใจ นอกจากการให้ความช่วยเหลือในทางปฏิบัติต่อผู้ที่ขัดสน เราต้องการช่วยมากกว่านั้น เราจึงฝากบางสิ่งไว้กับเขา ซึ่งอาจก่อให้เกิดความแตกต่าง ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง คือบางสิ่งซึ่งเป็นแรงจูงใจ

เมื่อเราบอกเล่า “ความฝัน” กับเพื่อนร่วมงาน พร้อมกับ *กฎแฉใจ* ฉบับแรกที่ร่างขึ้นมา และแนวคิดที่จะจัดทำนิตยสารดังกล่าวเป็นประจำ บางคนว่าเป็นความคิดที่ยอดเยียม บางคนก็เล็งเห็นอุปสรรค ได้แก่ เงินทุนและการจัดส่ง

วันนี้ขณะที่เรียบเรียง *กฎแฉใจ* ฉบับแรกของชุดที่สาม เราดีใจมากที่กล้าฝันต่อไป โดยเฉพาะกับอุปสรรค และไม่ยอมล้มเลิก ขอขอบคุณทุกคนที่ร่วมสานฝันกับเรา และทำงานหนัก เพื่อให้ *กฎแฉใจ* กลายเป็นจริง นิตยสารของเราเป็นแรงบันดาลใจต่อคนจำนวนมาก และยังคงเป็นเช่นนั้นต่อไป

กฎแฉใจ ฉบับนี้ขออุทิศให้กับทุกคนที่ใฝ่ฝันถึง “สิ่งที่เป็นไปไม่ได้” และต้องการ “จากโลกนี้ไปหลังจากที่ช่วยให้หน้าอยู่ขึ้นอีกหน่อย” เราหวังว่าจะเป็นกำลังใจให้คุณ ด้วยความศรัทธา วิสัยทัศน์ ความอาจหาญ ความคิดริเริ่ม และความมุ่งมั่น ว่าความฝันจะกลายเป็นจริง!

คณะผู้จัดทำ *กฎแฉใจ*

ความฝัน ของผม...

โดย ยูนิส วาย.



ยูนิส วาย.

ผมเติบโตขึ้นมาในหมู่บ้านที่ทวีปแอฟริกา ในปี ค.ศ. 1986 ผมเริ่มเข้าเรียนที่โรงเรียนในหมู่บ้าน เป็นช่วงเวลาพิเศษตลอด 3 ปีต่อมา เพราะมีความสงบ และไม่มีปัญหาอะไร

ต่อมา ในปี ค.ศ. 1989 เกิดสงครามขึ้น ผมหมดโอกาสเรียนระดับประถมให้จบ หมู่บ้านที่ผมคิดว่าคงไม่มีวันจากไปไหน แต่เราต้องอพยพไป เพื่อเอาชีวิตรอด เราสูญเสียทุกสิ่งที่มีอยู่

ในที่สุดเรามาถึงเมืองที่ผมอาศัยอยู่ขณะนี้ ทั้งๆที่ตีนตระหนกจากสงคราม และผลกระทบในแง่ลบ ครอบครัวของผมตกลงใจว่าน้องสาวและผมควรจะเรียนต่อ นียากลำบากมาก ทว่าเมื่อมีความตั้งใจ ก็จะมีหนทาง ในที่สุดผมก็เข้าเรียนที่มหาวิทยาลัย ผมไม่ค่อยมีเวลาเข้ารับฟังคำบรรยาย เพราะต้องหาเลี้ยงชีพ ผมต้องทำงานหนัก เป็นงานก่อสร้าง ซึ่งพอจะหาได้ แต่ผลสุดท้ายผมก็สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาการบัญชี ความฝันและความหวังบางอย่างกลายเป็นจริงในที่สุด

ไม่ใช่ความฝันทุกอย่างที่กลายเป็นจริง ผมอยากไปศึกษาต่อต่างประเทศ และในที่สุดก็แต่งงาน มีครอบครัว จนกว่าจะถึงตอนนั้น ผมก็จะทำงานต่อไป ในเขตที่ได้รับผลกระทบจากสงคราม โดยทำงานกับองค์กรเพื่อมนุษยธรรม

แต่ความฝันสูงสุดของผมก็คือ ขอให้ผู้คนทุกหนทุกแห่ง เรียนรู้ที่จะมีชีวิตอย่างสันติ และสามารถศึกษากฎหมาย โลกเป็นของขวัญที่ดีต่อเราทุกคน เราเกิดมามีอิสระและเสมอภาค ถ้าเราเข้าใจเช่นนี้ และเลิกทำสงคราม ซึ่งส่งผลในแง่ลบ และก่อผลเสียระยะยาว หลายชั่วอายุคน โลกก็จะน่าอยู่ยิ่งขึ้น ●



หลานชายสองคนของยูนิส วาย.

“ใช่แล้ว ฉันทำได้!”

เรื่องราวที่ทำให้แรงบันดาลใจของผู้คนที่พิสูจน์ให้เห็นว่า คนที่บอกว่าจะทำไม่ได้ คือฝ่ายที่คิดผิด จาก ริเตอร์ส โคเจสต์ ปรับเปลี่ยน

เด็กคนสุดท้ายที่ถูกเลือก

โดย ลิซ่า มิลเลอร์ ฟิวต์ส

เบน ซอนเดอร์ เป็นเด็กอ้วนม่อต้อและขี้อาย เขาเป็นคนสุดท้ายที่เด็กในชั้นเลือกร่วมทีมกีฬาใดๆ “ไม่ว่าจะเป็นฟุตบอล ฮอกกี้ เทนนิส คริกเก็ต หรือกีฬาอะไรก็ตามที่ใส่ลูกบอล ผมไม่ได้เรื่องเลย” เขากล่าว ในขณะที่พร้อมกับหัวเราะ แต่สมัยก่อนเขาเป็นที่ล้อเลียน และถูกหัวเราะเยาะ เมื่ออยู่ในห้องยิม ตอนที่เรียนวิชาพลศึกษา ในเมืองดีวอนเคาน์ตี แถบชนบทของประเทศอังกฤษ

สิ่งที่เปลี่ยนแปลงเขาก็คือ รถจักรยานภูเขา ที่เขาได้รับเป็นของขวัญวันเกิดครบรอบ 15 ปี ตอนแรกเขาไปขี่จักรยานตามลำพังที่ป่าใกล้ๆ แล้วเขาก็เริ่มขี่กับเพื่อนคนหนึ่งที่วิ่งไปด้วย แล้วซอนเดอร์ก็ค่อยๆ ตั้งใจจะเพาะกล้ามเนื้อ เพิ่มความเร็ว เพิ่มแรง และความทรหด พออายุได้ 18 ปี เขาวิ่งมาราธอนเป็นครั้งแรก

ปีต่อมา เขาได้พบกับ จอห์น ริตช์เวย์ ผู้ซึ่งกลายเป็นบุคคลที่มีชื่อเสียง ในปี ค.ศ. 1960 เพราะการพายเรือข้ามมหาสมุทรแอตแลนติก โรงเรียน School of Adventure ของริตช์เวย์ ที่สก๊อตแลนด์ จ้างซอนเดอร์ส ไปเป็นครูที่นั่น เขาทราบถึงความอัจฉริยะของริตช์เวย์ ผู้ที่อาวุโสกว่าเขา ในการพายเรือฝ่าท้องน้ำเย็นยะเยือก เขาตั้งใจอย่างยิ่ง เขาจึงอ่านทุกบทความเกี่ยวกับนักสำรวจแถบอาร์กติกและขั้วโลกเหนือ แล้วก็ตัดสินใจว่านี่คืออนาคตของเขา

การเดินทางไปขั้วโลกไม่ใช่วันหยุดพักผ่อนที่ปกติธรรมดาสำหรับเด็กชนบทชาวอังกฤษ และคนที่ไม่ถือว่าความฝันของเขาเป็นเรื่องเพ้อเจ้อ ก็คงสงสัยว่าเขามีคุณสมบัติเหมาะสมหรือเปล่า “จอห์น ริตช์เวย์เป็นหนึ่งในไม่กี่คนที่ไม่ได้บอกว่า ‘นายบ้าสิ้นดี’” ซอนเดอร์สกล่าว

ในปี ค.ศ. 2001 หลังจากที่ซอนเดอร์สหัดเล่นสกีจนชำนาญ เขาเริ่มต้นเดินทางออกสำรวจระยะทางไกลเป็นครั้งแรก ไปยังขั้วโลกเหนือ นั่นต้องอาศัยความอดทนอย่างเหลือเชื่อ เขาต้องทนการถูกหิมะกัดประจันหน้ากับหิมะขั้วโลก และผลัดดันร่างกายเขาจนสุดขั้ว เขาต้องลากรถเลื่อนบรรทุกเสบียงขึ้นลงเทือกเขาที่เป็นลานน้ำแข็ง

นับตั้งแต่นั้นมาซอนเดอร์ส กลายเป็นบุคคลผู้อายุน้อยที่สุด ซึ่งเดินทางไปยังขั้วโลกเหนือคนเดียว ด้วยการใช้สกี เขาไปสำรวจเขตอาร์กติกตามลำพัง โดยเดินทางไกลกว่าชาวอังกฤษคนใด เพื่อนเล่นสมัยเด็กไม่เชื่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

ต่อมาเมื่ออายุได้ 27 ปี ซอนเดอร์ส มุ่งหน้าเดินทางลงใต้ จากชายฝั่งแอนตาร์กติกา ไปยังขั้วโลกใต้ และเดินทางกลับมา รวมระยะทาง 1,800 ไมล์ ซึ่งไม่เคยมีใครทำได้ ด้วยการใช้สกี ●





ผู้จัดการ ที่ไม่ใช่นักประพันธ์

โดย แกรี สเลตจ์ ปรับเปลี่ยน

งานอาชีพของ เอมี แทน เริ่มต้นอย่างไร ไม่ใช่การทะเลาะเบาะแว้งครั้งใหญ่หรอก แต่เป็นเพราะถูกไล่ออกจากงาน

ก่อนหน้าที่หนังสือ The Joy Luck Club, The Kitchen และ The Hundred Secret Senses โดย เอมี แทน จะมียอดขายหนึ่งล้านฉบับ เธอเคยเป็นนักเขียนด้านธุรกิจ เธอกับหุ้นส่วนมีธุรกิจการเขียนทางเทคนิค ซึ่งเรียกเก็บค่าจ้างเหมือนกับทนายความ คือ “คิดเป็นรายชั่วโมง”

บทบาทของเธอกับลูกค้า ส่วนใหญ่แล้วเกี่ยวข้องกับการดูแลเรื่องบัญชี แต่ลูกสาวคนอพยพเข้าเมืองคนนี้อะไรในเชิงสร้างสรรค์กับคำพูด โดยเฉพาะภาษาอังกฤษ

ดังนั้นเธอจึงเสนอแนะกับหุ้นส่วนว่า “ฉันอยากเขียนหนังสือมากขึ้น” เขาประกาศว่าเธอเก่งด้านการคำนวณ การติดต่อลูกค้า และการเก็บบิล นั้น “ไม่น่าสนุกเลย” เป็นงานที่เอมีไม่ชอบทำ และทราบดีว่าเธอไม่ถนัดเลย แต่หุ้นส่วนยื่นกรานว่างงานเขียนเป็นทักษะที่เธออ่อนที่สุด

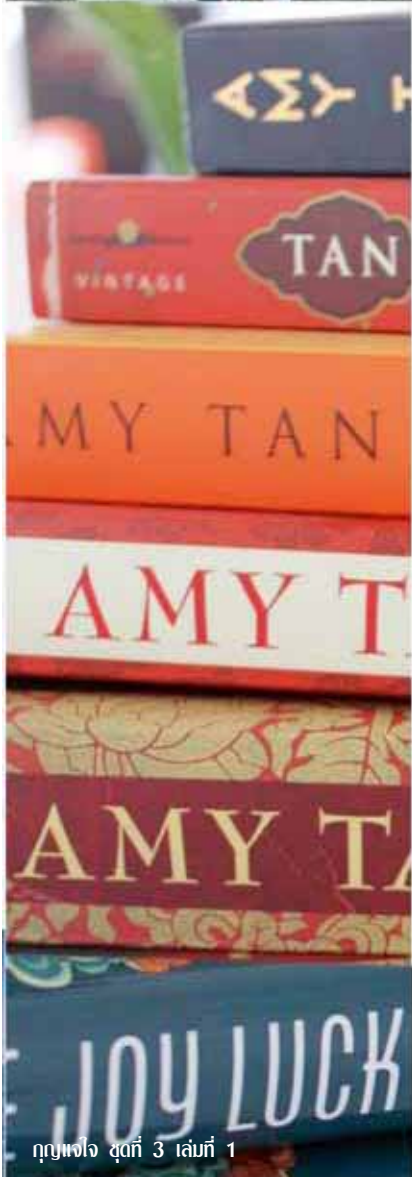
“ฉันคิดว่าฉันอาจเชื่อเขา และทำงานนี้ต่อไป หรือไม่ก็ยื่นข้อเรียกร้อง” ดังนั้นเธอจึงได้แย้ง และยื่นกรานขอสิทธิของเธอ เขาไม่ยอม

เขาตกใจ เมื่อเอมีตอบว่า “ฉันไม่ทำแล้ว”

เขาตอบว่า “คุณเลิกไม่ได้ คุณถูกไล่ออก!” เขากล่าวเสริมว่า “คุณไม่มีวันหาเงินจากงานเขียนได้สักสตางค์แดงเดียว”

เอมีตั้งใจแน่วแน่ที่จะพิสูจน์ว่าเขาคิดผิด โดยรับงานมอบหมายให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ บางครั้งเธอทำงานลับตาห้ละ 90 ชั่วโมง เป็นนักเขียนอิสระที่ทำงานเขียนเฉพาะทาง เธอทำงานตามลำพังซึ่งเป็นเรื่องยาก แต่เธอไม่ยอมให้คนอื่นตีกรอบหรือจำกัดความสามารถพิเศษของเธอ นี่ส่งผลคุ้มค่า เนื่องจากเธอทำงานตามลำพัง เธอจึงมีอิสระที่จะลองเขียนนิยาย

ดังนั้นหนังสือ The Joy Luck Club ซึ่งนำเสนอโดยบุตรสาวผู้ปราดเปรื่องและโดดเด่น ของผู้อพยพชาวจีน จึงบังเกิดขึ้น ผู้จัดการที่ไม่ใช่ นักประพันธ์ จึงกลายเป็นนักเขียนหนังสือที่ขายดีที่สุด และมีคนชื่นชอบมากที่สุดคนหนึ่ง ●



เด็กหนุ่มผู้ขบถอยู่ในวงการภาพยนตร์

โดย แฟรน สโตสตีส์ ปรับเปลี่ยน

เขาไม่ได้เรียนเก่งอะไร และเพื่อนร่วมห้องก็ล้อเลียนเขา แทนที่จะอ่านหนังสือ เด็กคนนี้ชอบวิ่งถ่ายรูปรด้วยกล้องขนาด 8 มิล เขาถ่ายทำภาพยนตร์เองจากซากปรักหักพังของรถไฟโพลีโอบเนลของเขา (ซึ่งเขาขายให้เพื่อนๆ โดยเก็บเงินเล็กน้อย)

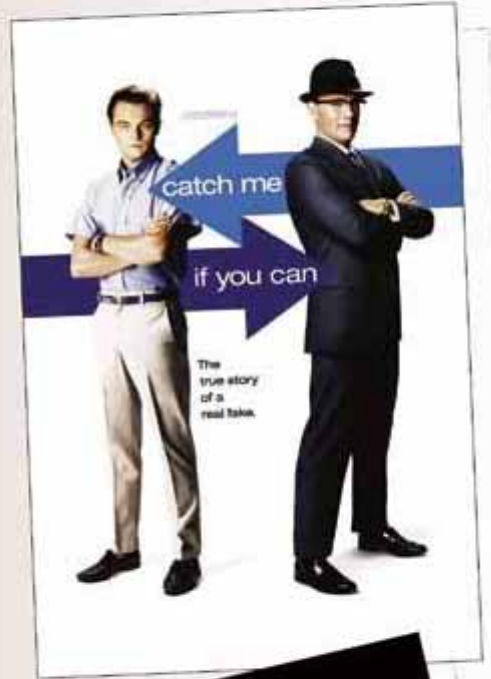
พอถึงมัธยมปลายปีสองเขาเลิกเรียน แต่เมื่อผู้ปกครองโน้มน้าวให้เขากลับไปเรียน เขากลับถูกจัดให้ไปอยู่ผิดชั้นเรียน ซึ่งเป็นชั้นเด็กที่ไม่มีความสามารถในการเรียน เขาเรียนได้หนึ่งเดือน เมื่อครอบครัวย้ายไปยังอีกเมืองหนึ่ง เขาจึงได้เข้าโรงเรียนมัธยมที่เหมาะสมกว่า ในที่สุดก็สำเร็จการศึกษา

หลังจากถูกปฏิเสธไม่ยอมรับเข้าโรงเรียนถ่ายทำภาพยนตร์ที่ก่อตั้งมานานแล้ว สตีเวน สเปลเบิร์ก เข้าเรียนภาษาอังกฤษในวิทยาลัยคาลิฟอร์เนียสเตท ที่ลองบีช แล้วในปี ค.ศ.1965 เขาจำได้ว่าในช่วงเวลาที่ไมเคิลฟีน ซีวิตเขาก็เปลี่ยนไปอย่างกลับตาลปัตร ขณะไปเยี่ยมหมยูนีเวอร์แซล สตูดิโอ เขาได้พบกับ ซัค ซิลเวอร์ส ผู้บริหารในแผนกบรรณาธิการ ซิลเวอร์สชอบเด็กคนที่ทำภาพยนตร์ 8 มิล และชวนให้กลับมาเยี่ยมอีก

เขากลับมาวันรุ่งขึ้น โดยที่ไม่มีตำแหน่งหน้าที่อะไร หรือผ่านการตรวจเช็ค สเปลเบิร์ก (แต่งตัวชุดสูทสีดำ ผูกเนคไท หัวกระเป่าเอกสารของพ่อเขา โดยข้างในมีแต่ “แซนด์วิช และขนม”) เขาเดินเข้าไปพยายามเฝ้าประตูสตูดิโอยูนิเวอร์แซลด้วยความมั่นใจ และโบกมือทักทายอย่างเป็นกันเอง ยามโบกมือรับแล้วเขาก็เดินเข้าไป

“ตลอดช่วงปิดเทอมภาคฤดูร้อน” สเปลเบิร์กทวนรำลึกว่า “ผมสวมสูทเข้าไปคลุกคลีกับพวกบรรณาธิการ และนักเขียน [รวมไปถึงซิลเวอร์ส] ผู้ทราบดีว่าเด็กหนุ่มไม่ใช่งานในสตูดิโอ แต่มองข้ามภาพลวงตาไปเสีย ผมเจอออฟฟิศที่ไม่มีคนใช้ และเข้าไปจับจอง ผมซื้อแผ่นป้ายพลาสติก และติดชื่อผมในรายชื่อคนในดึก ว่า สตีเวน สเปลเบิร์ก ห้อง 23C”

นี่ส่งผลคุ้มค่าต่อทุกคน เพราะสิบปีต่อมา สเปลเบิร์ก อายุ 28 ปี เป็นผู้กำกับการสร้างภาพยนตร์เรื่อง Jaws ซึ่งทำเงินได้ 470 ล้านดอลลาร์สหรัฐ ซึ่งเป็นรายได้สูงสุดในวงการภาพยนตร์สมัยนั้น สตีเวน สเปลเบิร์ก สร้างหนังอีกหลายสิบเรื่อง และได้รับรางวัลมากมาย เพราะเขาทราบสิ่งที่ครูอาจารย์ของเขาไม่ทราบ นั่นคือ ความสามารถพิเศษอยู่ในสายตาของผู้สร้างภาพยนตร์ ●





“คุณศึกษาเรื่องเหลวไหล”

โดย แฟรน ลอสตี้ส์

ดร.ยูดาห์ โพล์คแมน เก็บสำเนาบทความในหนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ ปี ค.ศ 1903 ไว้ในบันทึกของเขา ในบทความดังกล่าว นักฟิสิกส์สองคนอธิบายว่าทำไมเครื่องบินไม่น่าจะบินได้ บทความนี้ตีพิมพ์สามเดือนก่อนหน้าที่ยานอวกาศโรเจอร์ จะเห็นขึ้นสู่เวหา ที่คิตตี้ ฮ็อค ตอนต้นปี ค.ศ. 1970 ดร.โพล์คแมน เสนอแนวคิดในการวิจัยค้นคว้าเรื่องมะเร็ง ซึ่งไม่สอดคล้องกับที่นักวิทยาศาสตร์ “ทราบกัน” ว่าเป็นจริง คือเนื้องอกไม่ได้สร้างเส้นเลือดใหม่ขึ้นมาเพื่อ “หล่อเลี้ยง” ตัวเองให้เติบโต แต่ดร.โพล์คแมนเชื่อมั่นว่าเป็นเช่นนั้น ทว่าเพื่อนร่วมงานบอกเขาว่า “คุณศึกษาเรื่องเหลวไหล” ซึ่งหมายความว่าโครงการของเขาเป็นวิทยาศาสตร์ที่ไร้สาระ

ดร.โพล์คแมน ไม่ใส่ใจกับคำสบประมาทจากวงการวิจัยค้นคว้า ตลอดช่วงเวลายี่สิบปีที่ไม่มีใครสนใจเขา หรือคัดค้านเขา ขณะที่เขาศึกษาต่อไปเกี่ยวกับ angiogenesis คือวิชาว่าด้วยกระบวนการสร้างเส้นเลือด(ฝอย)ใหม่ไปเลี้ยงเซลล์ ในการประชุมวิจัยครั้งหนึ่ง ผู้ฟังครึ่งห้องพากันลุกออกไป “เขาเป็นแค่แพทย์ผ่าตัด” เขาได้ยินใครคนหนึ่งกล่าว

ทว่าเขาเชื่อเสมอมาว่าผลงานของเขาอาจช่วยหยุดยั้งการเติบโตของเนื้องอกได้ และอาจช่วยหาทางสร้างเส้นเลือดใหม่ ในที่ซึ่งจำเป็น เช่น รอบๆเส้นเลือดที่อุดตันในหัวใจ

ดร.โพล์คแมน และเพื่อนร่วมงาน พบการยับยั้งการสร้างเส้นเลือดใหม่ครั้งแรก ในปี ค.ศ. 1980 ทุกวันนี้มีคนไทยโรคมะเร็งกว่า 100,000 คน ที่ได้รับผลประโยชน์จากการวิจัยที่เขาบุกเบิก ปัจจุบันผลงานของเขาเป็นที่ยอมรับว่าเป็นจุดริเริ่มการต่อสู้กับโรคมะเร็ง

“มีข้อแตกต่างชัดเจนระหว่างความมูมามะกับความมุ่งมั่นจริง” ดร.โพล์คแมนกล่าว “ผมตระหนักว่ากุญแจสำคัญคือการเลือกปัญหาที่ควรค่ากับการทุ่มเทความอุตสาหะพยายาม” ●





มุ่งสู่เป้าหมาย

ช่วยเด็กให้อึดถึงความฝัน

โดย เบนเวอร์สีย์ เค. เบเซล ปรับเปลี่ยน

พวกเราส่วนใหญ่เฝ้าคิดว่าเราต้องการบรรลุผลอะไร และตั้งเป้าหมายในชีวิตเรา ทว่าบุตรหลานของเราทำเช่นเดียวกันไหม เป็นเรื่องสนุกเมื่อเด็กจินตนาการสิ่งน่าทึ่งที่เขาอาจบรรลุผลในวันหนึ่งข้างหน้า แล้วตอนนี้เขาทำอะไรหรือเปล่า เพื่อสานฝันให้เป็นจริง ไม่มีเวลาใดเหมาะไปกว่าขณะนี้ ในการช่วยให้บุตรหลานมุ่งสู่เป้าหมาย ใคร่ก็รู้จักตั้งเป้าหมายได้ ผลการวิจัยค้นคว้าพบว่าเด็กที่ตั้งเป้าหมาย จะรู้สึกดีขึ้นเกี่ยวกับตัวเอง มีแรงจูงใจเพิ่มขึ้น เรียนได้เกรดดีขึ้น และพึงพอใจกับชีวิตมากขึ้น

ต่อไปนี้เป็นเคล็ดลับ 10 ประการ ในการช่วยให้เด็กอยู่ในเส้นทางที่มุ่งสู่เป้าหมาย และเข้าสู่เส้นทางที่อึดถึงความสำเร็จได้อย่างรวดเร็ว

1. **ฉลาดตั้งเป้า (SMART)** โดยที่แน่ใจว่าเป้าหมายของบุตรหลาน

Savvy – เข้าใจได้ง่าย และมีความหมายต่อเขา

Measurable – เจาะจงแน่ชัดว่าเขาต้องการบรรลุผลอะไร

Active – บอกเขาว่าต้องลงมือทำอะไรบ้าง

Reachable – ทำได้จริง โดยยึดจากทักษะและประสบการณ์ของเขา

Timed – กำหนดวันเวลาที่ชัดเจน เมื่อเขาจะสามารถกล่าวได้ว่า “ฉันทำได้แล้ว”

เป้าหมายที่ไม่ค่อยฉลาด (SMART) อาทิเช่น “ได้เกรด A+ ในวิชาคณิตศาสตร์” ส่วนเป้าหมายที่ฉลาดคือ “เพิ่มเกรดวิชาคณิตศาสตร์ขึ้นอย่างน้อยหนึ่งเกรดตอนปลายเทอมนี้”

เป้าหมายที่ไม่ค่อยฉลาด เช่น “ซื้อรถจักรยานคันใหม่” เป้าหมายที่ฉลาด คือ “เก็บออมไว้ซื้อรถจักรยานคันใหม่ตอนปลายปี”

2. **บันทึกไว้** ให้เด็กเขียนเป้าหมาย และวันที่ซึ่งต้องการบรรลุผลตามนั้น นำมาติดไว้บนฝาผนัง บนคอมพิวเตอร์ บนตู้เย็น หรือที่ไหนสักแห่ง ซึ่งเขาเห็นบ่อยๆ

3. **นึกคิดในแง่บวก** ทักษะคิดคือทุกสิ่งทุกอย่าง เมื่อเกี่ยวข้องกับความสำเร็จในอนาคตของเด็ก ช่วยเขาให้จดรายการคุณสมบัติดี ๆ ของเขา จดจำที่จะชมเชยและเห็นคุณค่าสิ่งที่เขาดี นอกจากนี้ก็ระลึกไว้ว่า ถ้าเด็กเห็นตัวอย่างที่ดี ในการมีทัศนคติที่ว่าเขาทำได้ เขาก็คงจะนึกคิดในแง่บวกมากขึ้น

4. หาเวลา ช่วยให้เด็กตัดสินใจที่ทำให้เสียเวลาออกไป เช่น การดูทีวี เล่นเน็ต หรือคุยโทรศัพท์ เพื่อจะได้ปลิกเวลามาจดจ่อกับเป้าหมายที่วางไว้

5. ใช้เวลา 10 นาที ตั้งนาฬิกาจับเวลา 10 นาที แล้วส่งเสริมให้เด็กใช้เวลาในการทำงานเพื่อมุ่งไปสู่เป้าหมาย เขาอาจพบว่าตัวเองมีแรงจูงใจที่จะทำต่อเพื่อก้าวไปสู่เป้าหมาย ถึงแม้ว่าจะหมดเวลา 10 นาทีที่แล้วก็ตาม

6. ให้รางวัล เมื่อเด็กย่างก้าวหนึ่งไปสู่เป้าหมาย ก็ให้รางวัลเขา เช่น ดูหนัง อาหารจานโปรด พักจากหน้าที่การงานตอนสุดสัปดาห์ หรือสิ่งจูงใจอื่นๆ ที่พอจะให้ได้ ซึ่งจะช่วยให้เขามีแรงกระตุ้นต่อไป

7. นึกภาพความสำเร็จ ความนึกคิดสร้างภาพให้ชัดเจน ถ้าเด็กเห็นว่าตัวเองเอื้อมถึงเป้าหมายได้ง่ายดาย เขาก็มีแนวโน้มสูงขึ้นที่จะประสบความสำเร็จ ลองได้ถามตอนทานอาหารเย็น หรือขณะขับรถไปส่งที่โรงเรียน เพื่อให้เขาพูดคุยถึงเป้าหมายของเขา

8. กำหนด “ผลพวงเส้นตาย” นี้ตรงกันข้ามกับรางวัล คือให้เด็กบอกตัวเองว่า “ถ้าฉันไม่ทำภายใน 5 โมงเย็น ฉันก็ออกไปเที่ยวกับเพื่อนคำนี้ไม่ได้”

9. ขอความช่วยเหลือ บอกให้เด็กทราบว่าเขาไม่ต้องการเอง และผู้คนในชีวิตเขา (คือครอบครัว เพื่อน ครู โค้ช) อยากจะช่วยเหลือ ในทางใดก็ตามที่ทำได้ เสนอที่จะแนะนำเขาให้รู้จักคนที่ เป็นแบบอย่าง หรือพาเขาไปทัศนศึกษา เพื่อเรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับอาชีพที่เขาสนใจ

10. เป็นแบบอย่าง ถ้าเราพูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับเป้าหมายของเรา และย่างก้าวที่เราทำเพื่อให้บรรลุผลนั้น และเขาเห็นเราทำตามที่เราวางแผนไว้ เขาก็จะทำเช่นเดียวกันมากขึ้น ●



**ไม่มีอะไรหยุดยั้งเด็กได้ ตราบใดที่เขายังก้าวต่อไป
แล้วคอยอะไร ก่อนจะเริ่ม ตั้งเป้าหมาย!**

กล้าฝัน... แรงทะยาน

โดย เทวีต โจนส์

คุณกำลังพยายามเปลี่ยนโลกให้น่าอยู่ขึ้นหรือ คุณกำลังมองหาแนวคิดที่จะช่วยปรับปรุง คุณภาพชีวิตคุณ และชีวิตครอบครัวคุณหรือเปล่า คุณกำลังมองหากลยุทธ์ซึ่งจะช่วยให้คุณ แข็งแกร่งขึ้น ปลอดภัยขึ้น และมีสุขภาพดีขึ้นหรือ

ถ้าคุณตอบว่า ใช่แล้ว คุณก็กำลังพยายามสร้างความแตกต่างใหญ่หลวง แต่คุณอาจเผชิญหน้ากับอุปสรรคใหญ่หลวงเช่นกัน คุณอาจมีทุนทรัพย์หรือเวลาไม่เพียงพอ คุณอาจต้องมีคนอื่นร่วมมือร่วมใจด้วยมากขึ้น คุณอาจสร้างโปรแกรมขึ้นมาได้ยากภายใต้สภาพการณ์ของคุณ เพื่อช่วยให้สิ่งต่างๆ ขึ้น อาจดูเหมือนว่าคนรอบข้างมองไม่เห็นปัญหาของคุณ บางครั้งคุณคงรู้สึกราวกับว่ามีอุปสรรคขัดขวางคุณจริงๆ

เมื่อเราเผชิญหน้ากับอุปสรรคใหญ่หลวง และอดไม่ได้ที่จะหงุดหงิด โดยคิดสงสัยว่าจะมีโอกาสสำเร็จหรือเปล่า ถึงแม้ว่าเราจะใส่ใจใจอย่างที่สุดต่อเป้าหมายของเรา และผู้คนที่พึ่งพาเรา ทว่าความหงุดหงิดและความสงสัยจะไม่ช่วยให้เราประสบความสำเร็จเลย เมื่อเผชิญหน้ากับอุปสรรค มีอะไรที่ช่วยได้ แรงทะยานยังไฉไล! เมื่อใดก็ตามที่ผู้คนบรรลุผลสำเร็จ สำคัญๆ ในยามที่เผชิญหน้ากับอุปสรรค ก็มักจะมีแรงทะยานเป็นปัจจัยเสมอ

เราใช้เวลาหลายปีศึกษาค้นคว้าว่าจะอะไรที่ก่อให้เกิดแรงทะยาน และคงไว้ซึ่งแรงทะยาน เมื่อประสบความสำเร็จ ความยากลำบาก ผลการศึกษาของเรานำมาสู่คำจำกัดความว่า “แรงทะยานคือความรู้สึกแรงกล้าที่เกิดขึ้นภายในใจเราแต่ละคน เมื่อเราประกอบกิจการงานที่มีความหมาย ซึ่งทำให้เรารู้สึกดีขึ้นเกี่ยวกับตัวเองตามระดับที่เรารู้สึกว่าเราทำความคืบหน้าอย่างแท้จริง” กล่าวคือ “ความหมาย x ความคืบหน้า =

แรงทะยาน”

คนส่วนใหญ่คิดว่าถ้าเขาใส่ใจใจอย่างที่สุด ต่อผลงานของเขา เขาจะมีแรงทะยานโดยอัตโนมัติ ทว่าเป้าหมายที่มีความหมายอย่างเดียว จะไม่คงไว้ซึ่งแรงทะยาน ผลการค้นคว้าแสดงให้เห็นว่าการสำนึกถึงความหมายสูงส่ง ถ้าปราศจากความคืบหน้า จริงๆแล้วก็จะทำให้รู้สึกหงุดหงิดและโมโห ถ้าเราอยากคงไว้ซึ่งแรงทะยานในการงานของเรา เราต้องรู้สึกว่าการก้าวไปข้างหน้าที่มีความหมายไปข้างหน้า ถ้าปราศจากความคืบหน้า เราก็จะหมดแรงทะยาน และพลังที่ช่วยให้เราทรุดอดทน เมื่อคนอื่นล้มเลิกไปแล้ว

ความคืบหน้าคือสิ่งที่น่าสนใจ ยากที่จะประมาณได้ เพราะเป็นความรู้สึกมากกว่าข้อเท็จจริง เหตุการณ์ที่สร้างความรู้สึกคืบหน้าสำหรับผม อาจไม่สร้างความรู้สึกเช่นนั้นในผู้อื่นเลย ยกตัวอย่างเช่น ผมอาจพยายามสร้างโรงเรียนในชุมชน วันนั้นผมขอให้ห้างร้านในท้องถิ่นแห่งหนึ่งช่วยบริจาคหนังสือสำหรับโรงเรียน นั่นช่วยให้ผมรู้สึกว่าผมทำความคืบหน้า เพราะผมเชื่อว่า “หนังสือคือแหล่งที่มาของความรู้” มีคนอื่นที่พยายามสร้างโรงเรียนเช่นกัน มีคนบริจาคหนังสือให้เช่นกัน แต่นั่นไม่ช่วยให้เขารู้สึกว่าทำความคืบหน้าเลย เพราะ “หนังสือไม่ช่วยจ่ายเงินเดือนให้คุณครู” สภาพการณ์คล้ายคลึงกัน ไม่ได้สร้างความรู้สึกก้าวคืบหน้า เหมือนกันเสมอไป

ดังนั้นเราจะแน่ใจได้อย่างไร ว่าเรารู้สึกคืบหน้า ในเป้าหมายที่มีความหมาย เราทำอะไรได้บ้างเพื่อให้แน่ใจว่าคนรอบข้างรู้สึกเหมือนกัน ต่อไปนี้คือสามสิ่งที่เราทำได้ตอนนี้ เพื่อยกระดับความรู้สึกคืบหน้า โดยเฉพาะเมื่อเป้าหมายของเราใหญ่โต และอุปสรรคใหญ่หลวงกว่านั้นอีก

1. ประเมินผลการกระทำ ประเมินผลกิจกรรม
. เป็นประจำให้เป็นที่ยอมรับกัน เพื่อช่วยให้ความ
ฝันเป็นจริง ขอให้เราดูตัวอย่างจากเป้าหมายการ
สร้างโรงเรียน เริ่มวางแผนหาสิ่งที่มีมือทำได้ เช่น
จัดประชุมชุมชน หาทุนทรัพย์ หาหนังสือเรียน หา
คุณครู หาที่ดิน แพลนอาคาร วัสดุก่อสร้าง ขอการ
สนับสนุนจากชุมชน และขอใบอนุญาต ในการกระทำ
แต่ละอย่างนี้ เราประเมินผลได้ว่าจะต้องทำอะไรบ้าง
เพื่อให้สำเร็จลุล่วง

ตัวอย่างเช่น การหาทุน เราอาจต้องจัดการ
ประชุมหลายครั้งกับองค์กร NGO หรือยื่นคำร้อง
หรือจัดงานหาทุนหลายครั้งในชุมชน หรือสร้างหุ้น
ส่วนกับเอกชนขึ้นมา เมื่อเราประเมินผลกิจกรรมดัง
กล่าว เราก็สร้างความรู้สึกดีขึ้นมา ในช่วงการเดินรณ
ต่อสู้ที่ยาวนาน ระหว่างจุดที่เราฝันถึงโรงเรียนแห่ง
ใหม่ ไปสู่วันที่เปิดโรงเรียนจริงๆ

2. ยึดหลักจากความเป็นจริง บ่อยครั้งความรู้สึก
. คับหน้าหายใจ เพราะเราคิดว่าเป้าหมายต้อง
กลายเป็นจริงเร็วกว่าที่จะเป็นไปได้ อาทิเช่น เรากับ
ทีมงานเชื่อว่าจะใช้เวลาหนึ่งปีในการสร้างโรงเรียน
แต่ชุมชนทุกแห่งในประเทศนั้นใช้เวลาสามปี เพียง
แค่การหาทุนและรับการอนุมัติ เรากับทีมงานจะรู้สึก
อย่างไร เมื่อหนึ่งปีผ่านไป แต่ยังไม่เปิดโรงเรียน
เราไม่มีเงินที่จะเริ่มโครงการด้วยซ้ำ ความคืบหน้ากับ
แรงทะยาน คงไม่มีที่ท่าว่าจะเกิดขึ้น ถ้ากำหนดเวลา
ของเราในการบรรลุเป้าหมาย ยึดหลักจากความเป็น
จริง ก็คงเป็นไปได้ทีเดียวที่เราจะรู้สึกถึงความคืบหน้า
และคงไว้ซึ่งแรงทะยาน ในระหว่างเส้นทางการสาน
ฝันให้เป็นจริง

3. แสดงความยินดีเป็นประจำ ทุกวันเราควร
. จะเพาะนิสัยการเล็งเห็นความเพียรพยายาม
ของเราและเพื่อนร่วมงาน เพื่อขับเคลื่อนเป้าหมาย
ของเราไปข้างหน้า นั่นทำยากกว่าพูดหลายเท่า เรา
อดใจไม่ค่อยได้ที่จะมุ่งเน้นสิ่งที่ผิด มากกว่าสิ่งที่ถูก ยก
ตัวอย่างเช่น ดูสูตรคณิตศาสตร์ต่อไปนี้ คุณสังเกตเห็นอะไร

$$2+2=4$$

$$3+1=7$$

$$4+5=9$$

เช่นเดียวกับผู้คนหลายพันคนที่เข้าร่วมสัมมนาเชิง
ปฏิบัติการกับเราตลอดเวลาหลายปี เราคงบอก
ว่า “ข้อกลางผิด” เราไม่บอกว่า “สองข้อถูก” เรา
ทุกคนได้รับการฝึกมาอย่างดี ให้มุ่งเน้นสิ่งที่ผิด และ
พยายามแก้ไข ทว่าการทำเช่นนั้นอย่างเดียว ขัด
ขวางเราจากการเล็งเห็นความคืบหน้าที่มีอยู่ ถ้าทุก
วันเรามัวแต่มุ่งเน้นสิ่งที่ผิดไป เราจะตัดขาดตัวเอง
จากความคืบหน้า แทนที่จะเป็นเช่นนั้น เราควรจะ
ใช้เวลาทุกวัน เพื่อสำนึกถึงสองในสามสิ่งที่ทำถูกต้อง
เมื่อเราแสดงความยินดีว่าสิ่งเหล่านี้เป็นความคืบหน้า
เราก็จะคงไว้ซึ่งแรงทะยาน ถึงแม้ว่าสิ่งต่างๆไม่เป็นไป
ตามที่วางแผนไว้เสียทีเดียว ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดา เมื่อ
เราฝันใหญ่ ท่ามกลางอุปสรรคใหญ่หลวง ■

เดวิด โจนส์ เป็นประธาน *Passion Works*, www.passionworks.ca,

ผู้ประพันธ์หนังสือ *Passion Works*,

Your Guide to Passion in the Modern Workplace





กล้าเป็นคนยิ่งใหญ่

ถ้าคุณต้องการให้ความฝันกลายเป็นจริง สิ่งแรกที่คุณต้องทำก็คือ ตื่นขึ้นจากความฝัน - เจ. เอ็ม. พาวเวอร์

แล้งเข้าไปที่ดวงจันทร์ ถึงแม้ว่าคุณพลาด อย่างน้อยก็จะไปถึงดวงดาว - เลส บราวน์

ความสำเร็จไม่ใช่ผลลัพธ์จากการระเบิดตัวขึ้นมาทันที คุณต้องจุดไฟให้เกิดประกายเสียก่อน - ฮาร์โรด เฮช. กลาสโซว์

คงไม่เรียกปัญหาในชีวิตว่า “สิ่งคิดขวาง” ถ้าไม่มีทางพ้นฝ่าไปได้ - ผู้ประพันธ์นิรนาม

ถึงแม้ว่าไม่มีใครย้อนกลับไปเริ่มต้นใหม่ได้ แต่ใครๆ ก็เริ่มต้นใหม่ได้จากจุดนี้ และสร้างจุดจบใหม่ขึ้นมา - ผู้ประพันธ์นิรนาม

มุมมองในการรับมือกับปัญหาได้ดีที่สุด ก็คือการลองพยายามดู - ผู้ประพันธ์นิรนาม

อย่าดำเนินชีวิตต่ำกว่าความคาดหมาย ออกไปทำอะไรรักอย่างที่น่าทึ่งใจ - เวนดี วาสเซอร์สทิน

สิ่งต่างๆลงเอยดีที่สุดในที่สุด สำหรับผู้ที่ทำสุดความสามารถกับสภาพที่เป็นไป - ฮาร์ท ลิงค์สเตเทอร์

สิ่งที่อยู่เบื้องหลัง และสิ่งที่อยู่เบื้องหน้า เป็นเรื่องจ้อย เมื่อเทียบกับสิ่งที่อยู่ในเรา - ราล์ฟ วัลโด ฮีเมอร์สัน

เราไม่ได้พิชิตขุนเขา เราพิชิตตัวเองต่างหาก - เอ็ดมันด์ ฮิลลารี

พระเจ้ามอบความฝันขนาดใหญ่เกิน เราจะได้เติบโตเท่าความฝันนั้น - ผู้ประพันธ์นิรนาม

ข้อสำคัญคืออย่าเลิกตั้งคำถาม - อัลเบิร์ต ไอสไตน์
มือที่คอยช่วยคุณได้ดีที่สุด คือมือที่อยู่ปลายแขนคุณเอง - เฟรด เดห์เนอร์

ธรรมชาติป่าวประกาศว่าเราไม่เร็วกว่าความเร็วของแสง ความเป็นไปไม่ได้ทั้งหมดจึงเป็นแค่ทางเลือก - โรเบิร์ต บรอสส์

ความฝันได้มาเรื่อยๆ ปลดปล่อยความฝันให้เป็นอิสระ - แอสทริค อัลลอยด์

ผู้ที่บอกเราว่าเลิกฝันเสียที เผชิญหน้ากับความเป็นจริง ขอให้ตอบเขาว่าฝันต่อไป จนกลายเป็นจริง - คริสเตียน คาน

อย่าให้ใครขวางชิงความฝันไป นั่นเป็นความฝันของคุณ ไม่ใช่ของเขา - แดน ซาดร้า

ถ้าฝันหนึ่งสลายเป็นพันๆเสียง อย่ากลัวที่จะหยิบชิ้นหนึ่งขึ้นมาเริ่มต้นใหม่ - ฟลาเวีย วิตน์

โลกต้องการนักฝัน และโลกต้องการคนลงมือทำ แต่เหนือสิ่งอื่นใด โลกต้องการนักฝันผู้ลงมือทำ - ซาราห์ แบน เปรธนาค