

เป็นเหยื่อ

หรือ

ฮีโร่

คุณเลือกได้



เสียดาย
ที่ผู้ตกเป็นเหยื่อ
ไม่ได้อ่าน

โลกนี้ไม่มีใครเป็นฮีโร่มาแต่เกิด
นี่คือคู่มือการเลือกที่สามารถพลิกชีวิต
สู่ความเป็นฮีโร่ที่สง่างาม

รศ. ดร. ชัยณรงค์ วงศ์ธีรทรัพย์



ชีแอ็ด



คำขอบคุณ

กราบขอบพระคุณ คุณพ่อคังซี้ แซ่หว่าง และ คุณแม่เฮียงเอ็ง แซ่ห่อ ที่ได้ทะนุถนอมเลี้ยงดูทั้งร่างกายและจิตใจให้ผมได้เติบโตใหญ่ ขอขอบคุณ คุณนิพันธ์ วงศ์ธีรทรัพย์ พี่สาว บุคคลผู้เป็นแบบอย่างการให้ความรักและเสียสละเพื่อครอบครัว

ขอขอบพระคุณ ครอบครัวสาธิตกุล, ครอบครัววงศ์ธีรทรัพย์, ครอบครัว iCAD และครอบครัว CAD ที่เป็นบ้ำหล่อหลอมความรู้ ความคิด และจิตสำนึกที่ดีงาม

กราบขอบพระคุณ ศ. ดร. วิชัย บุญแสง, ศ. ดร. สกล พันธุ์ยิ้ม, ศ. ดร. ทิม เฟลเกล, ศ. ดร. บุญเสริม วิทย์ชำนาญกุล, คุณประภาคาร และ คุณจรรยา เมืองมัน, คุณศรีศักดิ์ และ คุณสุชาดา หุ่นดี, คุณสมฤทธิ์ โตรักตระกูล, คุณวิภาวรรณ อรุณประเสริฐ, พี่วิโรจน์ และ พี่ศิริพรรณ บุญอริยะ, พี่ศักดิ์ และ พี่บุญศิริ ชนประกอบ และพี่ปรีชา และพี่อรนาถ ประกอบกิจ ผู้ซึ่งเป็นแบบอย่างผู้นำความเป็นครู แบบอย่างความสำเร็จ และแบบอย่างการเป็นผู้ให้ที่สง่างาม

ขอบคุณกองบรรณาธิการ บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น (มหาชน) ที่ได้มอบความไว้วางใจ และอำนวยความสะดวกในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้

“เป็นเหยื่อหรือฮีโร่ คุณเลือกได้” จะเป็นคู่มือการเลือกสู่ความสำเร็จ เพื่อเป็นของขวัญสำหรับผู้มีแรงปรารถนาแห่งชัยชนะและความดีงามทุกๆ คน

รศ. ดร. ชัยณรงค์ วงศ์ธีรทรัพย์

อีเมล : chainarong@thebest-institute.com

เกิดวันที่ 28 มกราคม พ.ศ. 2506

ภรรยา คุณชนจิต สาธิตกุล

บุตร/ธิดา 2 คน (แฝดชายหญิง)



การศึกษา

- > ชั้นประถม โรงเรียนอุดรวิทยา
- > ชั้นมัธยมต้น โรงเรียนอุดรพิทยานุกูล
- > ชั้นมัธยมปลาย โรงเรียนยานนาเวศวิทยาคม
- > ปริญญาตรี เทคนิคการแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- > ปริญญาโทและปริญญาเอก ชีวเคมี คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ประวัติการทำงาน

- > อาจารย์ประจำภาควิชาชีวเคมี คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- > รักษาการผู้อำนวยการฝ่ายแผนกลยุทธ์ และผู้อำนวยการฝ่ายสนับสนุนการวิจัยและพัฒนา ศูนย์นาโนเทคโนโลยีแห่งชาติ สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ
- > ที่ปรึกษาและวิทยากร สถาบันสร้างสรรค์และพัฒนาไอซีเอดี (Creativity and Development Institute, iCAD)
- > ผู้อำนวยการสถาบันฝึกอบรมความเป็นเลิศทางกลยุทธ์ธุรกิจ (The Business Excellence Strategic Training Institute) www.thebest-institute.com

รางวัล

- > รางวัลผลงานวิจัยดีเยี่ยม สาขาวิทยาศาสตร์เคมีและเภสัช เรื่อง การสร้างและการประยุกต์ใช้ลายพิมพ์ DNA ในมนุษย์ จากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ
- > รางวัลการเสนอผลงานวิจัยดีเด่น พุทธหลังปริญญาเอก จากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย
- > รางวัลหนังสือวิทยาศาสตร์ดีเด่น จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมูลนิธิโตโยต้า ประเทศไทย TTF AWARD
- > รางวัลนักเทคโนโลยีดีเด่น กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีเพื่ออุตสาหกรรมผลิตกุ้งกุลาดำ จากมูลนิธิส่งเสริมวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในพระบรมราชูปถัมภ์
- > รางวัลนักขายดีเด่น สมาคมการขายตรงแห่งประเทศไทย (TDSA)
- > รางวัลโล่เกียรติยศศิษย์เก่าดีเด่น สมาคมศิษย์เก่าโรงเรียนยานนาเวศวิทยาคม



คำนำ

ชีวิตเราเกี่ยวข้องกับการเลือกมากมายนับครั้งไม่ถ้วน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน จนหลายครั้งกลายเป็นความเคยชินของชีวิต เช่น เลือก ชุดสวมใส่ เลือกเมนูอาหาร เลือกใช้เส้นทางจราจร เป็นต้น และบางครั้งการเลือก อาจหมายถึงจุดพลิกผันของชีวิตก็เป็นได้ เช่น เลือกศึกษาต่อ เลือกงาน เลือกคู่ ครอง เลือกลงทุน เป็นต้น

หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นโดยมีความมุ่งหมายหลักคือ กระตุ้นให้เห็นความเป็นจริงที่มีอิทธิพลยิ่งต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิต นั่นคือการ **“เลือก”** แต่ทุกคนสามารถเปลี่ยนแปลงตัวเองให้กลายเป็นฮีโร่ในหัวใจของคนหลายคน หรือตกเป็นเหยื่อผู้นำสงสาร นั่นคือผลจากการเลือกในอดีต และแน่นอนอย่างไม่ต้องสงสัยว่า การเป็นฮีโร่หรือเป็นเหยื่อของเราในอนาคต ก็เป็นผลจากการเลือกในวันนี้เอง

เนื้อหาส่วนหนึ่งมาจากหนังสือเรื่อง **ความสำเร็จคือการเลือก : You are what you choose** ซึ่งผมเป็นผู้เขียนเอง เป็นหนังสือที่มียอดจัดจำหน่ายที่สูงมากเล่มหนึ่ง แต่ในปัจจุบันไม่ได้พิมพ์เพิ่มและไม่จัดจำหน่ายแล้ว เพื่อให้มีความทันสมัยและผู้อ่านสามารถเข้าใจเรื่องราวได้ง่ายและชัดเจนขึ้น จึงเป็นที่มาของหนังสือเล่มนี้

หนังสือเล่มนี้มีทั้งสิ้น 4 ภาคด้วยกัน ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึก ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และแนวทางปฏิบัติ ซึ่งเปรียบเทียบให้

เห็นความแตกต่างชัดเจนในมุมมอง 2 ด้านคือ ด้านที่นำพาชีวิตสู่การเป็น **ฮีโร่** และด้านที่นำพาชีวิตให้ตกเป็น **เหยื่อ** ส่วนคนธรรมดาสามัญไม่ได้เปรียบเทียบได้ เพราะขอให้เป็นที่เข้าใจว่าคนกลุ่มนี้หล่อหลอมตัวตนจากส่วนผสมของทั้งสอง ด้านนั่นเอง

ก่อนที่จะนำท่านสู่เนื้อหา มีประเด็นสำคัญที่จำเป็นต้องทำความเข้าใจให้ชัดเจน เพื่อท่านผู้อ่านจะสามารถซึมซับเรื่องราวและการเลือกรู้สึกว่าเป็นฮีโร่ อย่างไม่มီးอะไรมาขัดขวางอารมณ์และความรู้สึกนึกคิด

ประการแรก ความหมายของคำว่า **ฮีโร่** ในที่นี้ไม่ได้จำกัดความว่าจะต้องเป็นผู้ประสบความสำเร็จ โด่งดังเป็นที่กล่าวขานของคนในโลกหรือในประเทศ แต่ยั้งตีความไปถึงการเป็นฮีโร่ขององค์กร ของชุมชน ของที่ทำงาน ของเพื่อนบ้าน ของครอบครัว ของพ่อแม่ ของลูก ของภรรยาหรือสามี

ประการที่สอง ความหมายของคำว่า **เหยื่อ** ไม่ได้จำกัดความหมายว่าเป็นผู้สูญเสียสิ่งที่มีอยู่ สูญเสียสิ่งที่ควรจะได้รับแต่ไม่ได้รับ ผู้เสื่อมเสีย หรือผู้เสียหาย เท่านั้น แต่ยังครอบคลุมถึงการเข้าใจผิด หลงผิด เลือกรู้ผิด หรือใช้ชีวิตที่ผิดทิศทาง

ทุกคืนก่อนนอน ผมจะสวดมนต์และภาวนาจิต ขอให้ทุกๆ ครั้งของการเลือก ไม่ว่าจะเป็นสิ่งเล็กๆ น้อยๆ หรือเรื่องใหญ่โตมากมายในชีวิต ขอให้ผมตัดสินใจ **“เลือกถูกต้อง”** เสมอ

รศ. ดร. ชัยณรงค์ วงศ์ธีรทรัพย์

ประกาศารชีวิต 43

เรามีราคาเท่าไร	44
มีชีวิตอยู่เพื่อใคร	44
มนุษย์เกิดมาทำไม	45
มนุษย์เกิดมาเพื่ออะไร หรือเกิดมาเพื่อใคร	46
ให้หรือตอบแทนก่อน	48

งานที่ช่อบกับชีวิตที่ใช่ 51

รูปแบบชีวิตที่ต้องเป็นไป หรือรูปแบบชีวิตที่ต้องเป็นไปได้	52
ใช้ชีวิต หรือถูกใช้ชีวิต	55
มาตรฐานชีวิต หรือมาตรการชีวิต	59

สุขหรือทุกข์ใใครกำหนด 63

เลือกคิดต่อเหตุการณ์	64
เป็นคนสุขง่าย และเป็นคนทุกข์ยาก	68

สายน้ไม่ไหลย้อนกลับ 71

อายุที่เพิ่มขึ้น หรืออายุที่เหลืออยู่	71
ความชราคือทางเลือก หาใช่ฉากรรม	73
เวลาของโครโมโซมชีวิต	74
สายน้ไม่ไหลย้อนกลับ แต่สร้างเขื่อนทำนบได้	76
ตัวชะลอความชรา	77
กัมมันตรังสีอัดใส่ปอดทำไม	77
มหันตภัยควันบุหรือมือสอง	78

ภาคที่ 3 เลือกลเปลี่ยนแปลงเพื่อเป็นฮีโร่ *

สมการการเปลี่ยนแปลง 83

เปลี่ยนแปลงเมื่อเปรียบเทียบกับความพึงพอใจ	84
คน 3 ประเภท	85
ดัดจริต หรือเสแสร้ง	87
กลับหัวคิด	89

ฉันคือเพื่อนแท้ของคุณ 95

ภาพลักษณ์คือผู้จัดการส่วนตัว	95
ภาพลักษณ์เปลี่ยนได้	98
เหยื่อสร้างภาพ	99
ฮีโร่เลือกสร้างภาพคุณลักษณะ	100

เปลี่ยนอารมณ์และสร้างเสน่ห์เพื่อเป็นฮีโร่ 105

ตั้งค่าความอดทนทางอารมณ์	105
ตั้งเป้าหมายอารมณ์	108
การตั้งเป้าหมายอารมณ์	110
มีอารมณ์ดีนตื้นๆ กระตือรือร้นง่ายๆ แต่ท้อยาก	111

พลังของภาษาและถ้อยคำ 115

จิตของเราสนทนากับตัวของเรา	115
ภาษาของผู้เป็นเหยื่อและภาษาของฮีโร่	116
อยู่ใกล้ใคร เราจะเป็นอย่างนั้น	118

พูดได้ หรือพูดเป็น	119
พลังของถ้อยคำลั่นสะเทือนชั่วหัวใจ	120
ภาษาบัตรอวยพร	121

ให้ที่ยืนแก่ผู้คน 123

ให้ที่ยืน	123
เป็นดวงอาทิตย์ หรือเป็นดวงจันทร์	124
ทำให้เขารู้ว่าเราเก่ง หรือทำให้เขารู้ว่าเขาเก่ง	126

* ภาคที่ 4 เลือกสำเร็จอย่างฮีโร่ *

ฮีโร่เลือกเป็นผู้นำเพื่อความสำเร็จ 133

เลือกเป็นผู้นำ	133
ทุกคนเป็นผู้นำได้	136

เส้นทางของผู้เลือกเป็นฮีโร่ 137

สำรวจคุณค่าของตัวเอง	137
เลือกเข้มแข็งแต่อ่อนโยน หรืออ่อนแอแต่แข็งแกร่ง	138
มีวินัยคือมีอิสรภาพ และขาดวินัยคือขาดอิสรภาพ	140
ความมุ่งหวัง หรือความคาดหวัง	142

เส้นทางสู่ความสำเร็จของฮีโร่ 145

เลือกบ้า หรือโง่ 145

ล้มเหลวไม่ใช่หายนะ แต่หายนะคือเมื่อล้มเหลวแล้วไม่ลุกขึ้นสู้ 150

ตัดสินใจต้องตัดสินใจเลือก และตัดสินใจลงมือทำ 152

*** บทสรุป 4 รากฐานการเลือกกระทำเพื่อเป็นฮีโร่ ***

1. Do the Right Thing 157

2. Do it Good 157

3. Do What Fear 158

4. Do it Now and Naver Give up 158





ภาคที่ 1

จิตสำนึก
เพื่อเป็นฮีโร่





โลกใบนี้เปลี่ยนไปแล้ว

เปลี่ยนชนิดที่เรียกว่า

“พลิกแผ่นดินเปลี่ยน”

เปลี่ยนชนิดที่ไม่มีวันย้อนกลับ

จากโลกที่ยิ่งใหญ่ยิ่งดี

เปลี่ยนไปเป็นโลกของยิ่งเร็วยิ่งดี

และจากโลกยิ่งเร็วยิ่งดี

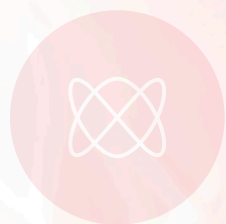
กำลังจะเปลี่ยนไปเป็นโลกของยิ่งดียิ่งเร็ว

โลกใบใหม่นี้ ผู้เป็น “เหยื่อ” หรือ “เป็นฮีโร่”

จะตัดกันในเรื่องที่ขาดหายหรือหลงลืมไปแสนนาน

นั่นคือ... **จิตสำนึกแห่งความดีงาม**





SE-ED

ถ้าเธอจากโลกนี้ไป ฉันจะตามไปด้วย



เศรษฐีมีภรรยา 4 คน

ภรรยาคนที่ 1 เขารักมากที่สุด ไปไหนต้องไปด้วยกัน ตามใจ
บำเรอทุกอย่าง อยากได้อะไรเขาก็จัดให้ทุกอย่าง

ภรรยาคนที่ 2 เขารักมาก เขาจะไปหาเสมอ ดูแลเอาใจใส่
ทะนุถนอม และห่วงแหนมาก

ภรรยาคนที่ 3 เขารักรองลงมา ดูแลเอาใจใส่แต่พอควร ไปมา
หาสูบบ้างเป็นครั้งคราว

ภรรยาคนที่ 4 เขาไม่ได้ใส่ใจ ไม่คิดถึง ไปมาหาสูบบ้าง ก็เพียงเพื่อ
ไม่ให้ขายหน้าความเป็นเศรษฐี

ต่อมาเศรษฐีต้องคดีมีความผิดต้องโทษประหารชีวิต เขารีบกลับไป
หาภรรยาคนที่ 1 แล้วถามว่า “ถ้าเราจากโลกนี้ไป เธอจะอย่างไร”

ภรรยาคนที่ 1 ตอบอย่างเย็นชาว่า “ถ้าเธอจากโลกนี้ไป เราก็จบ
กัน”

เศรษฐีรู้สึกเจ็บปวดเสียใจเป็นที่สุด เหมือนมีฟ้าผ่าเปรี้ยงที่กลางใจ
เขานึกเสียตายเป็นไปทุ่มเทบำเรอภรรยาคนนี้อย่างมากมาย

จากนั้นเขาก็ไปหาภรรยาคนที่ 2 และถามด้วยคำถามเดิม

ภรรยาคนที่ 2 ตอบอย่างไม่อ้อมค้อมว่า “ถ้าเธอจากโลกนี้ไป ฉันจะไปอยู่ในอ้อมกอดของคนใหม่”

เศรษฐีได้ฟังดังนั้นเหมือนถูกสายฟ้าฟาดที่กลางใจอีกครั้ง เขารู้สึกสูญเสีย และรู้สึกเสียตายเป็นที่เฝ้าทะนุถนอมเธอทั้งชีวิต

เขาเดินก้มหน้าเสียใจและไปถามภรรยาคนที่ 3 ด้วยคำถามเดียวกัน

ภรรยาคนที่ 3 ตอบว่า “ถ้าเธอจากโลกนี้ไป ฉันจะไปส่ง” อย่างน้อยคำตอบนี้ก็ทำให้เศรษฐีรู้สึกดีขึ้นมาก และเศรษฐีก็ได้ตระหนักรู้ว่าใครรักเขาแท้จริงบ้าง

นาที่สุดท้ายก่อนถูกประหารชีวิต ภรรยาคนที่ 4 มาหาเขา และกระซิบข้างหูเขาว่า “ถ้าเธอจากโลกนี้ไป ฉันจะตามไปด้วย”

เศรษฐีได้ฟังภรรยาคนที่ 4 กระซิบข้างหูเช่นนั้น ถึงกับน้ำตาคลอเบา นึกเสียตายเป็นเพราะมันสายเกินไปเสียแล้วว่าทั้งชีวิตไม่เคยเห็นคุณค่าของภรรยาคนนี้เลย แต่เธอก็ไม่เคยทอดทิ้งเขา แม้จะจากโลกนี้ไปเธอก็จะตามไปด้วย

ที่มา : จาก Forward mail ที่ส่งต่อกันมาโดยไม่ระบุที่มา

มาพิจารณากันว่าภรรยาทั้งสี่เป็นใครกันบ้าง

ภรรยาคนที่ 1 เป็น **ร่างกายของเรา** เป็นความอยากของเรา และเราก็จะบำเรอร่างกายของเราด้วยสารพัดต้นเหตุที่สามารถจัดให้ได้ แต่พอเราจากโลกนี้ไป มันก็ไม่ไปกับเรา เหลือไว้เพียงเหมือนซากก่อนไม้หนึ่งท่อนเท่านั้น

ภรรยาคนที่ 2 คือ **ทรัพย์สมบัติ** เวลาเรามีชีวิตอยู่ก็ทำทุกอย่างเพื่อให้ได้มา เราทะนุถนอมหวงแหนมัน แต่พอเราจากโลกนี้ไป มันก็ไปอยู่ในการครอบครองของคนอื่น

ภรรยาคนที่ 3 คือ **พ่อแม่ ลูกเมียญาติพี่น้อง** เขาเหล่านั้นรักและผูกพันกับเรา ทำบุญให้เรา ทำศพให้เรา แต่ก็ไม่ได้กับเราด้วย

ภรรยาคนที่ 4 คือ **บุญกุศลและความดีงาม** เราไม่อยู่ในโลกนี้แล้ว ไม่มีอะไรเอาไปได้เลยนอกจากสิ่งเหล่านี้เท่านั้น

คนเป็น **เหยื่อ** มักเลือกแสวงหาสิ่งที่ตอบสนองความอยาก บำรุงบำเรอตัวเองด้วยกิเลส ตัณหา หาทรัพย์สินมาได้ก็เพียงเพื่อตอบสนองความต้องการของตัวเอง ชอบเที่ยวกลางคืน กิน ดื่ม ขับรถซึ่ง จนบางครั้งก็กลายเป็นทำลายร่างกายตัวเอง ขาดจิตสำนึกของการให้และการแบ่งปัน แม้แต่บุพการี ลูกเมียก็ทอดทิ้งได้ สุดท้ายก็ตกเป็นทาสของความอยาก กว่าจะสำนึกได้ก็สายเสียแล้ว และก็จากโลกนี้ไป ทิ้งไว้เพียงร่างกายเน่าๆ ที่หาประโยชน์อะไรไม่ได้เลย

คนเป็น **ฮีโร่** เลือกหาเงินทองและทรัพย์สินเพื่อดูแลคนที่รักเขา และคนที่เขารัก มีจิตใจดีงาม เอื้อเฟื้อ สร้างบุญกุศล เป็นผู้ให้ทั้งต่อครอบครัวและสังคม คนเป็น **ฮีโร่** ถึงแม้เขาจะจากโลกนี้ไป ก็ยังอยู่ในจิตใจของผู้คนรอบข้าง เป็นตำนานให้กล่าวถึงตราบนานเท่านาน

จิตสำนึกแห่งความรัก



คุณครูสาวเชิญคุณแม่เข้ามาคุยในห้องรับรอง ภาพแรกที่ได้เห็นชัดๆ ทำให้ครูสาวตกใจเล็กน้อย แขนซ้ายของคุณแม่เป็นแขนเทียม คุณแม่มาปรึกษาเรื่องการเรียนของลูก เพราะไม่ได้มาในวันนัดพบผู้ปกครองที่ผ่านมา “ลูกเขาไม่ยอมให้มา เขาว่าเขาอายุที่แม่ใส่แขนเทียม กลัวโดนเพื่อนล้อ แม่มาที่โรงเรียนก็ล้อกันประจำว่า แม่แขนเดียว แม่เป็นหุ่นยนต์หรือ! อะไรนี่ล่ะคะ เลยไม่ได้มา” น้ำเสียงของคุณแม่แผ่วแว่วเอ็นดูมากกว่าที่จะโกรธหรือไม่พอใจ

หลังจากที่คุณครูสาวซักถามถึงสาเหตุที่คุณแม่ต้องใส่แขนเทียม ครูสาวตัดสินใจว่าจะต้องจัดการเรื่องที่ถูกไม่ยอมรับแม่โดยเร็ว ครูสาวจึงได้นำเรื่องนี้มาเล่าให้นักเรียนฟังในห้องเรียน

เรื่องราวมีอยู่ว่า มีครอบครัวหนึ่งประกอบด้วยคุณพ่อ คุณแม่ และลูกชายอีกสามคน พวกเขาเดินชมนาทุ่งไปตามทางเดินซึ่งเป็นคันดินท่ามกลางบรรยากาศสดชื่นของธรรมชาติ โดยคุณพ่อเดินนำหน้ากับลูกชายคนโตสองคน ส่วนคุณแม่เดินตามหลังมากับลูกชายคนเล็ก

ทางเดินที่เป็นคันดินนั้นมีการแบ่งเป็นห้องร่องเพื่อติดตั้งระหัดวิดน้ำ ซึ่งมีใบพัดทำจากเหล็กสูงจากคันดินราว 25 เซนติเมตร คุณพ่อและลูกคนโตสองคนก็ข้ามห้องร่องแล้วเดินนำต่อไปข้างหน้า ไม่มีใครจุกใจคิดระวังถึงเหตุร้าย

แต่แล้วลูกชายคนเล็กกลับก้าวพลาดล้มลงไปในห้องร่อง ขากางเกงเข้าไปติดกับร่องของระหัดวิดน้ำที่กำลังหมุนอยู่ และจุดขาทั้งสองข้างของลูกเข้าไปในใบพัดเหล็ก

“ถ้าเป็นนักเรียนในห้อง น้องตกลงไปอย่างนี้จะทำอย่างไร” ครูสาวหยุดเรื่องไว้ก่อนเพื่อซักถาม มองหน้าเด็กนักเรียน เด็กทั้งห้องนั่งเงิบกริบ หน้าซีด โดยเฉพาะผู้เป็น ‘ลูกชาย’

“ทุกคนคงตกใจ ตกตะลึงใช่ไหม คิดไม่ทัน และทำอะไรไม่ถูกใช่ไหม แต่นักเรียนรู้มั๊ยว่าคุณแม่ท่านนี้ตัดสินใจทำอย่างไร” คุณแม่ไม่ยอมเสียเวลาคิดอะไรเลย ท่านรีบยึดดึงตัวลูกเอาไว้ แล้วเอาแขนซ้ายที่ว่างอยู่เข้าไปขวางใบพัดเหล็กไว้ก่อน ใบพัดจึงหมุนเอาแขนของคุณแม่เข้าไป

คนงานที่เห็นเหตุการณ์รีบปิดเครื่องทันที แต่แรงเฉื่อยทำให้ใบพัดยังหมุนต่อด้วยกำลังแรง แรงจนกระชากแขนซ้ายของคุณแม่ขาดสะบั้นลง คุณแม่กรี๊ดร้องด้วยความเจ็บปวดทรมานแสนสาหัส สถิติสัมปชัญญะดับวูบลงในทันที ห้องร่องทั่วบริเวณแดงฉานไปด้วยเลือด...เลือดของแม่...

ใบพัดเหล็กยังหมุนต่อไปอีกเล็กน้อย และบดเอาขาทั้งสองข้างของ ลูกชายคนเล็ก จนกระดูกหัก แต่ไม่ขาด เพราะแขนซ้ายของแม่ขาดแทน

และแม่จะไร้ซึ่งสติสัมปชัญญะ มือขวาของคุณแม่ก็ยังยึดตัวลูก เอาไว้แน่น...ไม่ยอมปล่อย... คุณพ่อและลูกคนโตทั้งสองคนหันกลับ มามองตามเสียงตะโกน คุณพ่อกระโจนพรวดเตียวถึงตัวคุณแม่และ ลูกน้อย แต่มันสายเกินไปแล้ว! สิ่งเดียวที่ทำได้คือรีบพาสองแม่ลูก ส่งโรงพยาบาลทันที

ผลของการรักษาคือ คุณแม่ต้องใส่แขนเทียมแทนแขนซ้ายที่ขาด ไป ส่วนลูกที่ขาหักต้องอยู่โรงพยาบาลนานราวสามเดือน จึงสามารถ เดินเหินได้เป็นปกติ

ครูสาวกวาดสายตามองไปรอบ ๆ ห้อง แล้วถามขึ้นอีกว่า “นักเรียน คิดว่าคุณแม่ท่านนี้กล้าหาญมั๊ยคะ” “กล้าหาญมาก” เด็ก ๆ พากันตอบ เป็นเสียงเดียวกัน พลางพยักหน้า หลาย ๆ คนยังหน้าซีดเขียวเมื่อนึก ภาพเหตุการณ์ไปตามที่ครูเล่า

ครูสาวมองหน้า ‘ลูกชาย’ ของคุณแม่ แล้วบอกต่อว่า “นักเรียน ทราบมั๊ยว่าคุณแม่ท่านนี้เป็นคุณแม่ของเพื่อนเราในห้องนี้เอง ไหน ใครเป็นลูกของคุณแม่ท่านนี้ยืนขึ้นให้เพื่อนเห็นหน่อยสิ”

เด็กนักเรียนคนนั้นยืนขึ้น ท่ามกลางเสียงปรบมือของเพื่อนทั้งห้อง “วันนี้เมื่อหนูกลับไปบ้าน ครูฝากเรียนคุณแม่ด้วยว่า พวกเราชื่นชม และยกย่องท่านมาก ...จริงมั๊ยพวกเรา” “จริงครับ ๆ ใช่ครับ ๆ” เสียง เด็ก ๆ ตอบมาเป็นทางเดียวกัน

บัดนี้ความรักของคุณแม่และน้ำใจของเพื่อน ได้สลายปมด้อยใน ใจของเด็กน้อยคนนี้ลงจนสิ้นแล้ว

ที่มา : จาก Forward mail ที่ส่งต่อกันมาโดยไม่ระบุที่มา

จิตสำนึกแห่งความรัก โดยที่ผู้รับไม่ต้องร้องขอ แม้แต่ในหน้าที่วิกฤติของชีวิต ผู้ให้ก็สามารถมอบให้ได้ และผู้ให้ก็ไม่เคยหวังมูลค่าใดๆ เป็นสิ่งตอบแทน นั่นคือ จิตสำนึกแห่งความรักของคุณแม่ และเธอคือ **ฮีโร่** ของลูกทุกๆ คน

“ความรัก” คงไม่ได้จำกัดความหมายเพียงสามี ภรรยา และลูกที่รักกัน หากแต่ยังรวมความไปถึงความรักในการทำงาน รักผู้คน รักสิ่งแวดล้อม หรือสรรพสิ่ง ที่ก่อให้เกิดคุณค่าต่อตัวเอง ครอบครัว หรือสังคม

ความรักเป็นบ่อเกิดของพลังความปรารถนาที่เข้มแข็ง ยิ่งเรามีไฟแห่งความปรารถนามาก เราจะสามารถดึงศักยภาพมาใช้ได้มาก และนั่นเป็นจุดเริ่มต้นสู่ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ได้

จิตสำนึกต้องการการแสดงออก

เด็กหนุ่มคนหนึ่งเดินทางกลับบ้านที่ซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย เมื่อเดินทางมาถึงสนามบิน ได้เห็นผู้โดยสารคนอื่นๆ ต่างมีคนมารอรับ ไม่ว่าจะเพื่อน เพื่อน ญาติ และครอบครัว ทุกคนยิ้มและโอบกอดกัน แต่ตัวเขาเองไม่มีใครมารอรับ ทำให้เขาอยากจะมีใครสักคนมาคอยรับเขากลับมา ยิ้มให้เขา และกอดเขา

เขาจึงหาการ์ดบอร์ด แล้วเขียนคำว่า Free Hugs – กอดฟรี

หลังจากเดินทางไปได้สักครู่หนึ่ง มีผู้คนเริ่มมองมาที่ตัวเขาด้วยอาการแปลกใจ บางคนอาจคิดว่าเขาบ้าไปแล้วก็เป็นได้ ผู้หญิงคนหนึ่งเดินมาบอกเขาว่า “วันนี้เป็นวันครบรอบวันเสียชีวิตของลูกสาวคนเดียวที่จากไปด้วยอุบัติเหตุทางรถยนต์ ฉันรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยว” เด็กหนุ่มคุกเข่าลงและกอดหญิงสาวคนนั้น หลังจากนั้นทั้งสองก็ยิ้มให้กัน และเดินจากกันไป

เหตุการณ์เล็กๆ นี้ได้กลายเป็นจุดเริ่มต้นของโครงการที่ถูกเผยแพร่ไปทั่วโลก เรียกว่า **“โครงการกอดฟรี (free hugs campaign)”** โดยโครงการเริ่มต้นจากชายหนุ่มชื่อ **ฆวน มาม (Juan Mam)** ซึ่งกระแส “Free Hugs” ได้รับความนิยมแพร่ไปยังหลายๆ ประเทศ ทั้งสหรัฐอเมริกา อิตาลี เกาหลีใต้ ไต้หวัน ญี่ปุ่น จีน รวมถึงประเทศไทยด้วย และได้เผยแพร่ผ่านเว็บไซต์ยูทูป ซึ่งมีผู้เข้าชมแล้วหลายสิบล้านคนในช่วงเวลาอันสั้น เขากลายเป็นฮีโร่ของผู้ต้องการความรักและความอบอุ่นของคนนับล้านทั่วโลก



- ◀ ฆวน มาม ชายหนุ่มชาวออสเตรเลีย ผู้เป็นต้นฉบับโครงการ “กอดฟรี” ที่กระจายสู่ผู้ต้องการแสดงออกซึ่งความรัก และปรารถนาความอบอุ่นของผู้คนทั่วโลก

คุณเคยอยากบอกว่า “รัก” คุณพ่อคุณแม่ไหม
...แต่ไม่กล้า รู้สึกเขินอายไม่คุ้นเคย
คุณเคยอยากเข้าไปกอดคุณพ่อคุณแม่ไหม
... แต่ก็ไม่เคยทำเหมือนตอนเด็กๆ
คุณเคยอยากเข้าไปหอมแก้มคุณพ่อคุณแม่ไหม
...แต่ก็ได้เพียงแค่คิดอยากในใจ

เราอาจจะเคยบอกใคร ๆ ว่าเรารักพ่อ เรารักแม่มากมาย แต่จะมีประโยชน์อันใดเล่าถ้าคุณไม่เคยบอกท่านโดยตรงว่า “รักท่าน” ไม่เคยแสดงออกถึงความรักของคุณ คุณต้องการความรักจากคนที่คุณรักใช่ไหมครับ! แน่نون ทุกคนก็ต้องการความรักจากคนที่เขารักเช่นกัน

ทั้งๆ ที่โครงการกอดฟรีของ มวน มาม เป็นโครงการที่ทำให้คนลััญจรไปมาบนถนนคนเดินที่ไม่รู้จักกันมาก่อนยังมากอดกันได้ บางรายกอดกันด้วยความซาบซึ้งและด้วยน้ำตาก็มี แล้วจะมีเหตุผลที่เหมาะสมอันใดกันเล่า ที่คนที่รักกันคนที่เป็นภรรยา คนที่เป็นพ่อแม่ลูกกัน จะไม่ทำเช่นนั้นบ้าง

คุณจะได้ไม่ต้องพร่ำบ่นว่า เสียใจหรือเสียดาย
ตอนคนที่คุณรักมีชีวิตอยู่ แล้วคุณได้เพียงแค
อยาก **แสดงความรัก** แต่ก็ไม่เคยได้ทำเช่นนั้น
จะตัดสินใจทำเช่นนั้นได้อีกครั้ง
ก็ ณ วันที่คนคนนั้นสิ้นลมหายใจเสียแล้วหรือหรือ

ความรัก ทำให้มีพลังมหาศาล การส่งมอบความรักที่สวยงาม ก็ทำให้ผู้ได้รับมีพลังมหาศาล ถ้าเป็นเด็ก ๆ อาจจะถูกถามว่า “วันนี้หนูดีমনมหรือยัง” แต่วันนี้คุณก็เป็นผู้ใหญ่แล้ว คงต้องเปลี่ยยนคำถามว่า “วันนี้คุณกอดคุณพ่อคุณแม่แล้วหรือยัง” มาร่วมกันส่งมอบพลังชีวิตให้แก่คนที่คุณรักโดย **“แสดงความรัก”** กันเถิด

ผู้เป็น **เหยื่อ** มักชินชากับคนใกล้ชิด
เห็นการแสดงออกซึ่งความรักเป็นเรื่องเสียเวลา ไร้สาระ
แต่เราทุกคนต้องการความรักและการแสดงออกซึ่งความรัก
ทำสิ่งดีๆ ให้เกิดขึ้น... ไม่ต้องรอใครอนุมัติ...
เราคือ **ฮีโร่** ในหัวใจของพ่อและแม่เสมอ
และนี่คือ **จิตสำนึกในความรัก** ของผู้ **เลือกเป็นฮีโร่**



◀ ภรรยาผมโอบกอดคุณพ่อ เป็นการแสดง
ความรักและความห่วงใยในตัวท่านและ
สุขภาพของท่าน

ผู้คนจำนวนมากมักพร่ำบ่นว่า เสียใจหรือ
เสียชีวิตที่ตอนคนที่เขารักมีชีวิตอยู่ แล้ว
ได้เพียงแค่อยาก **แสดงความรัก** แต่ก็ไม่
เคยได้ทำเช่นนั้น

ผู้เลือกเป็นฮีโร่ จะมีจิตสำนึกของความรัก
และแสดงออกซึ่งความรักเสมอ

ข้อคิด

A life without love, is no life at all.

ชีวิตที่ปราศจากความรัก เป็นคังการไร้ซึ่งชีวิต

เป็น **เหยื่อ**
หรือ **ฮีโร่**
คุณเลือกได้

ความสูญเสียที่มากที่สุดของมนุษย์
ไม่ใช่การสิ้นเปลืองทรัพยากรธรรมชาติ

หากแต่เป็นการสูญเสียที่เกิดจากความผิดพลาดในการเลือก
เป็นเหตุให้ผู้คนจำนวนมากต้องตกเป็นเหยื่อ

ล้มเหลว พ่ายแพ้ ท้อแท้ สิ้นหวัง

“เป็นเหยื่อ หรือ ฮีโร่ คุณเลือกได้”

เป็นคู่มือการเลือก

เพื่อให้ชีวิตก้าวกระโดดได้ไกลสุดปลายปรารภ

ได้รับการยกย่อง ยอมรับ นับถือ

และเป็นที่ยิ่ง ของผู้คนรอบกาย

ISBN 978-616-08-0329-3



9 786160 803293

130 บาท