

รวมความคิดที่เลิศล้ำ ทำแล้วสำเร็จไฉไล

ปัญหาทั้งเรื่องภาระงาน เจ็บคอจน อดนอนถึง สุนัขบางครั่งก็เข้ามารุมเร้าพร้อมกัน
หนังสือเล่มนี้ก็จะทำให้ท่านมี "ทัศนคติ" หรือ "วิธีคิด" ใหม่ที่ "องค์" ไม่ได้บังคับไม่ได้บังคับไม่ได้
ให้คิดหนังสือเพียงเล่มนี้ท่านก็มีความคิดพลิกชีวิตได้ไม่ยากเย็นเลยเชียว

รวมความคิดที่เลิกลำทำแล้วสำเร็จโดด

ท่านคงเคยได้ยินคำว่าที่ว่า “รู้แล้ว ไม่ทำ” ก็ = “ไม่ทำ”

มีหน้าที่ แต่ไม่สื่อสาร = ศูนย์

มีสร้างสรรค์ แต่ไม่ผลักดัน = ศูนย์

มีหลักการ แต่ไม่ยืนหยัด = ศูนย์

มีความกระตือรือร้น แต่ไร้จุดหมาย = ศูนย์

มีน้ำใจ แต่ไร้ความอ่อนน้อม = ศูนย์

มีมาตรฐาน แต่ขาดการตรวจสอบ = ศูนย์

มีระบบ แต่ไม่ใช้ = ศูนย์

มีแผนงาน แต่ขาดการประเมิน = ศูนย์

มีสายตาแหลมคม แต่มองไม่เห็น = ศูนย์

มีปัญหา แต่ไม่แก้ไข = ศูนย์

สาระข้อมูลต่างที่ท่านสามารถที่จะนำไปใช้ประยุกต์ให้เหมาะสม

มีเงื่อนไขเดียวของความสำเร็จก็คือท่านต้องอุทิศตัวเองด้วยการหยิบ

ข้อแนะนำ

บางประการจากหนังสือเล่มนี้ปูทางให้ท่านไปสู่ความสำเร็จได้

สมชาติ กิจยรรยง

สถาบันส่งเสริมการพัฒนาบุคลากร(IBC GROUP)

รวมความคิดที่เลิศล้ำทำแล้วสำเร็จโสด

ราคา-159 -บาท

ข้อมูลบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

สมชาติ กิจยรรยง

E-book-รวมความคิดที่เลิศล้ำทำแล้วสำเร็จโสด-339-หน้า

ใช้ความคิดในรูปแบบต่างๆแบ่งกในการช่วยสร้างสรรค์งาน ชีวิต
และธุรกิจได้ รวมทั้งแก้ไขปัญหาดังๆที่ประสบอยู่ให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

ISBN-978-616-588-048-0.....

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2564 สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ

บรรณาธิการต้นฉบับ สมชาติ กิจยรรยง

ศิลปกรรม/ออกแบบปก นวคาม งามสม

จัดทำ/พิสูจน์อักษรโดย นวคาม งามสม อีเมล.Kam_15293@hotmail.com

พิมพ์โดย IBC GROUP.

จัดจำหน่ายโดยบริษัทเมพ คอร์ปอเรชั่น จำกัด.

.....

คำนำ

รวมความคิดที่เลิศล้ำทำแล้วสำเร็จโถด

เมื่อเอ่ยถึงคำว่า“คิด”แล้ว สามารถเชื่อมโยงไปแล้วได้คำซึ่งอื่นๆทั้งระดับ
คำธรรมดาทั่วไปและคำที่ใช้ในทางวิชาการได้อย่างมากมายซึ่งมีความหมาย
แตกต่างกันไป เช่น คิดสั้น คิดมาก คิดถึง คิดเรื่อยๆ คิดแปลกๆ คิดแผลงๆ คิด
บวก คิดลบ คิดแบบแกะดำ(ความคิดที่แตกต่าง-พึ่งตนเอง เลิกที่จะเชื่อตามๆกัน)
คิดแบบเหตุผลหรือคิดแบบวิทยาศาสตร์ คิดแบบเพื่อน คิดแบบหมวก 6 ใบ (ที่
อาศัยหลายบทบาทในการทำงานและดำเนินชีวิต) คิดแบบอริยะสัจ คิดสืบสาว
เหตุปัจจัย คิดแบบคนรวย คิดหาเรื่องราว คิดแบบเส้นขนาน(คิดหลายเรื่อง
แต่ละเรื่องไม่เกี่ยวข้องกัน) คิดให้หมดสมอง คำที่ใกล้เคียง คล้ายทำนอง คิดให้
หมดสมองก็มีหลายคำเช่น ย้ำคิดย้ำทำ คิดบ่อยๆ คิดคิดคิด คิดแล้วคิดอีก คิด
ทางเดียว(คิดเรื่องใดเรื่องหนึ่ง) การคิดแบบวิเคราะห์(แยกแยะ) การคิดแบบ
สังเคราะห์(สร้างสิ่งใหม่) การคิดที่มีอิสระ การคิดที่ถูกควบคุม ความคิดรวบ
ยอดฯลฯส่วนคำว่า“สำเร็จ”นั้นมีความหมายที่หลากหลาย “สำเร็จ” เป็นคำกริยา
หมายถึง เสร็จเช่นสำเร็จการศึกษา,ถึง,บรรลุ,เช่นได้สำเร็จ โสดา-หากเป็นคำ
วิเศษณ์ก็หมายถึงที่เสร็จเรียบร้อยแล้วเช่นเครื่องแกงสำเร็จ,ได้ผลสมประสงค์
ตามที่ต้องการเช่นได้เงิน ทรัพย์สิน ชื่อเสียง เกียรติยศ รางวัล การเลื่อนชั้น
ตำแหน่งฯลฯ “รวมคิดให้ล้ำทำแล้วสำเร็จ”เล่มนี้ได้รวบรวมความคิดที่เป็น
แนวทางให้กับท่านปูทางไปสู่ความสำเร็จตามที่ท่านปรารถนาภายในระยะเวลา
อันสั้น ได้อย่างง่ายดาย

สมชาติ กิจยรรยง

จุดเด่นของหนังสือเล่มนี้จะมีการสอดแทรกด้วยกิจกรรมหรือแบบทดสอบที่จะมา“ลับคมความคิด”หรือ“ประลองความคิด”กับท่านผู้อ่านด้วย-หากจะกล่าวถึงเรื่องประโยชน์ทางความคิดแล้วนับว่ามีอย่างกว้างขวางมากมายทั้งในอดีต-ปัจจุบัน งาน ชีวิตและธุรกิจ ซึ่งในหนังสือเล่มนี้เป็นดั่งคัมภีร์ที่รวมสุดยอดยุทธวิธีที่เป็นกุสโลบายช่วยนำพาให้ท่านหลุดพ้นไปจากพันหนการทั้งปวงโดยการเลือกใช้ความคิดให้เหมาะสมกับเวลาโอกาสหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งข้อแนะนำจากหนังสือเล่มนี้จึงเหมือนจะเป็นคู่มือและเครื่องมือซึ่งจะช่วยทำให้ท่าน

- สามารถใช้ความคิดในรูปแบบต่างๆแ่งบอกในการช่วยสร้างสรรค์งาน ชีวิตและธุรกิจได้ รวมทั้งแก้ไขปัญหาดังๆที่ประสบอยู่ให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

- มีวิธีการคิดอย่างคนเก่งที่ได้ใช้หลายความคิดแบบผสมผสานกันชักนำหรือนำพาไปสู่ความสำเร็จในการสร้างสรรค์งานหรือธุรกิจได้

- ได้ใช้ความคิดที่ถูกสรรค์สร้างจากการอ่านนำไปใช้ประโยชน์ในการทำงานที่ลดค่าใช้จ่ายสร้างรายได้ อีกทั้งยังเพิ่มพูนประโยชน์ต่างๆได้อย่างมากมาย

- จากชั่ววูบของการที่เพิ่งคิดได้ซึ่งเป็นความคิดใหม่อันจะช่วยนำพาให้ท่านไปสู่ความสำเร็จจากการเสริมสร้างสิ่งที่ท่านได้คิดใหม่ๆได้

- ได้คำนึงถึงอดีตปัจจุบันและจะทำให้สามารถมองได้ไกลไปข้างหน้าว่าอนาคตจะดำเนินชีวิตอย่างไรให้ประสบความสำเร็จเจริญก้าวหน้าจากการได้คิดไกลไปในอนาคตข้างหน้าได้

สมชาติ กิจยรรยง

-การรับรู้และได้มีวิธีคิดในรูปแบบนอกกรอบหรือนอกกรอบ จะช่วยให้ผ่าวงล้อมของปัญหาต่างๆไปได้หากท่านได้เปิดใจยอมรับข้อคิดข้อเสนอแนะจากหนังสือเล่มนี้

-ได้เข้าใจถึงกฎเกณฑ์หรือหลักการคิดแบบ80/20อันจะช่วยในการเสริมสร้างงานและลดปัญหาในการสูญเสียเวลาไปได้

-ได้รู้วิธีการแยกแยะหรือการผลสรุปในวิธีการคิดจากหนังสือเล่มนี้ โดยมองปัญหาว่าเกิดจากคนหรือเนื้อหา แล้วแสวงหาวิธีดำเนินการให้ประสบผลสำเร็จได้

-ได้รับรู้ถึงวิธีการวิพากษ์หรือวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์และก่อให้เกิดประโยชน์นั้นเขาทำการอย่างไรและวิธีการใดเป็นต้น

-สามารถที่จะสร้างยุทธวิธีโดยใช้ความคิดในเชิงกลยุทธ์ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ขึ้นมาได้ในการคิดเพื่อแสวงหายุทธวิธีในรูปแบบที่เรียบง่าย

-เมื่อได้เข้าใจถึงระบบและความเกี่ยวพันของสรรพสิ่งแล้วจะทำให้ท่านผู้อ่านสามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจบุคคลต่างๆ ในสังคม และเข้าใจสังคม อันเกิดจากความคิดที่เป็นระบบ การคิดให้เห็นเป็นภาพรวมได้

-สามารถต่อเติมความคิดของท่านให้แตกหน่อ แตกกอ นำพาไปสู่ความสำเร็จได้จากการผสมผสานความคิดในแง่บวก ร่วมกับการคิดใหญ่ นำพาไปสู่ความสำเร็จได้

หนังสือเล่มนี้ได้ถูกรวบรวมจากตำราหลายสิบเล่มเพื่อนำมาสร้างสรรค์ให้ท่านได้ คิดได้ คิดเป็น คิดแล้วสำเร็จ คิดดีได้ เป็นคนที่ช่างคิดแต่สิ่งที่ดีที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติอันจะช่วยก่อประโยชน์

สมชาติ กิจขรรยง

ให้แก่ตนเอง ครอบครัว หมู่คณะ สังคมและประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าพา
ไปสู่สันติสุขโดยรวมได้ในที่สุด

ด้วยความปรารถนาดี

สมชาติ กิจขรรยง

Copyright

สารบัญรวมความคิดที่เลิศล้ำมาแล้วสำเร็จโดด

เรื่อง		หน้า
คำนำ		1 – 4
สารบัญ		5 – 7
บทที่ 1	การพัฒนาทางความคิดตามวัยของบุคคล (The cognitive development of people)	8 – 14
บทที่ 2	การสร้างความคิดดีจากไอคิว(Intelligent Quotient)	15 – 24
บทที่ 3	การโปรแกรมความคิดจินตนาการสู่ความสำเร็จ UQ(Utopia Quotient)	25 – 35
บทที่ 4	การคิดอย่างคนเก่ง (Excellent think)	36 – 38
บทที่ 5	การคิดในแง่บวก (Positive thinking)	39 – 47
บทที่ 6	การคิดเชิงสัมพันธ์สร้างสรรค์บุคลากร(Relative Thinking)	48 – 58
บทที่ 7	การคิดที่อดทนอดกลั้นทำได้ไหมAQ.- (Adversity Quotient)	59 – 70
บทที่ 8	การสร้างความคิดใหม่ให้เป็นเลิศ (Think New)	71 – 75
บทที่ 9	การคิดสร้างทีมให้ฉลาดทำอะไร PQ (Play Quotient)	76 – 79
บทที่ 10	การคิดดีที่มีคุณธรรม (Moral Quotient)	80 – 94
บทที่ 11	การสร้างความคิดพลิกคุณค่าให้ชีวิต	95 – 100

สมชาติ กิจยรรยง

	TQ.-(Thinking Quotient)	
บทที่ 12	การคิดที่รู้เราแล้วรู้เขา(ดีไปด้วยกันทั้งหมด) BQ (Human Behaviour Quotient)	101 – 110
บทที่ 13	การคิดเชิงกลยุทธ์สู่ความสำเร็จ (Strategic Thinking)	111 – 124
บทที่ 14	การคิดที่จะดำรงในสังคมวันนี้ SQ (Social Quotient)	125 – 137
บทที่ 15	การคิดให้ครบพบความสำเร็จ (Integrated Thinking)	138 – 148
บทที่ 16	คิดนอกกรอบกับคิดนอกคอก (Think out side the frame)	149 – 163
บทที่ 17	การคิดอย่างฉลาดแบบ80/20 (Smart Thinking 80/20)	164 – 169
บทที่ 18	การคิดให้ริเริ่มสร้างสรรค์ (Creative Thinking)	170 – 178
บทที่ 19	การคิดกระทำให้สุขภาพพลานามัยดี HQ.-(Health Quotient)	179 – 189
บทที่ 20	การคิดเชิงวิพากษ์อย่างสร้างสรรค์(Critical Thinking)	190 – 208
บทที่ 21	การคิดที่เข้าใจคนอื่น VQ (Values Intelligence Quotient)	209 – 230
บทที่ 22	การคิดเชิงระบบ จะพบความเข้าใจ (Systematic Thinking)	231 – 244
บทที่ 23	การคิดที่ยาวไกลในอนาคต (Futuristic Thinking)	245 – 261
บทที่ 24	การคิดที่มองโลกแง่ดีที่วิเศษได้อย่างไร OQ (Optimist Quotient)	262 – 269
บทที่ 25	การคิดวิเคราะห์เจาะสู่ชัยชนะ	270 – 287

สมชาติ กิจยรรยง

	(Analytical Thinking)	
บทที่ 26	การคิดที่ดีกับอารมณ์ที่ดีEQ(Emotional Quotient) ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์	288 – 301
บทที่ 27	การคิดเป็นภาพรวมทั้งระบบเข้าใจคนเข้าใจโลก (Systems thinking)	302 – 312
บทที่ 28	การคิดการใหญ่ให้ไปไกล(Think Big)	313 – 327
บทที่ 29	การคิดหาวิธีการพัฒนาโดยไม่จำเป็นต้องฝึกอบรม (Development without training)	328 – 334
บทที่ 30	การคิดที่ไม่สูญเสียจากกฎของศูนย์(Thinking that does not lose the rules)	335 – 339

บทที่ 1 การพัฒนาทางความคิดตามวัยของบุคคล

(The cognitive development of people)

คนเราแต่ละคนหรือแต่ละท่านส่วนใหญ่แล้วจะมีความเหมือนกันในด้านปัจจัยสี่ที่เป็นรูปธรรมคล้ายกันหรือเหมือนกัน แต่ทว่าความคิดหรือจิตใจของคนแต่ละคนนั้นส่วนใหญ่แตกต่างกันด้วยหลายๆ สาเหตุทั้งจากสภาพแวดล้อม การเลี้ยงดูหรือกรรมพันธุ์ก็ตาม ที่สำคัญที่จะกล่าวถึงก็คือความคิดของคนแต่ละคนนั้น หาได้เหมือนกันก็ไม่ ในบทนี้จะกล่าวถึงลักษณะของบุคคลกับความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในมุมมองต่าง ๆ ดังนี้

วัยบุคคลกับการพัฒนาความคิด

การพัฒนาความคิดและสติปัญญาในวัยเด็กแนวโน้มการพัฒนาทางความคิดช่วงอายุของเด็กในวัยต่างๆ เป็นดังนี้

แรกเกิด- 2 ปี

- เริ่มมีการพัฒนาจินตนาการ
- รู้จักการเลียนแบบ เลียนเสียงหรือจังหวะ
- มีความกระตือรือร้นที่จะอยากรู้อยากเห็น

อายุ 2-4 ปี

- เรียนรู้โดยประสบการณ์ตรง
- ทำสิ่งนั้นซ้ำๆ โดยการเล่น
- มีความสนใจในระยะสั้น(ชน)
- มีความรู้สึกที่เป็นตัวของตัวเอง

อายุ 4- 6 ปี

สมาชิก กิจกรรม

- สนุกกับการวางแผนการเล่น
- รู้จักบทบาทของผู้ใหญ่โดยตนเองเล่นสมมุติขึ้น
- อยากรู้ อยากรู้อยากเห็นที่เป็นจริงและถูกต้อง
- มีความคิดสร้างสรรค์ที่เป็นธรรมชาติปรากฏขึ้น

อายุ 6-8 ปี

- รักการเรียนรู้
- ชอบประสบการณ์ที่ทำทาสุนัข
- จินตนาการเปลี่ยนไปสู่ความจริง
- พยายามที่จะบรรยายจินตนาการที่สร้างสรรค์

อายุ 8-10 ปี

- ใช้ทักษะหลายๆ ด้านในการสร้างสรรค์
- สามารถค้นพบวิธีใช้ความรู้ความสามารถเฉพาะตัว
- มักเปรียบเทียบตนเองกับคนที่น่าอาย
- ชอบซักถามและอยากรู้เพิ่ม

อายุ 10-12 ปี

- เด็กที่ชอบสำรวจค้นคว้า
- ชอบอ่านหนังสือ
- เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง
- มีช่วงของความสนใจยาวนานขึ้น
- ชอบทดลองทุกสิ่งทุกอย่าง

ลักษณะบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์

สมชาติ กิจยรรยง

ลักษณะของบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์จะประกอบด้วย

1. เป็นตัวของตัวเอง ความคิดอิสระ
2. รักที่จะก้าวไปข้างหน้า เต็มใจทำงานหนัก
3. ไวต่อปัญหา รับรู้เร็ว มองการณ์ไกล คิดหลายแง่มุม มีความสามารถในการแก้ไขปัญหา
4. มีความสามารถในการใช้สมาธิ
5. มีความคิดริเริ่ม ชอบคิด ชอบทำสิ่งที่ซับซ้อน และแปลกใหม่
6. ยอมรับในสิ่งที่ไม่แน่นอน และข้อขัดแย้งอดทนในสิ่งที่ไม่แน่ชัด – ไม่ทราบ
7. อดทนต่อความไม่เป็นระเบียบ ไม่ชอบทำตามระเบียบกฎเกณฑ์
8. มีอารมณ์ขัน ชอบคิดเล่นไปเรื่อย ๆ

กล่าวโดยสรุปคือ “เป็นบุคคลมีบุคลิกหลาย ๆ อย่างในตัวเองคนเดียว”

ลักษณะของบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์ ดร. อาร์ พันธุ์ณี กล่าวว่า

1. มีความสามารถในการคิดพลิกแพลงแก้ปัญหาต่างๆ ให้ลุล่วงด้วยดี
2. ไม่ชอบทำตามอย่างผู้อื่น โดยไม่มีเหตุผล
3. มีจิตใจดื้อและผูกพันกับงานและความอดทนอย่างทรหด
4. เป็นผู้ไม่ยอมเลิกล้มอะไรง่าย หรือเป็นนักสู้ที่ดี
5. มีความคิดคำนึงหรือจินตนาการสูง
6. มีลักษณะความเป็นผู้นำ
7. มีลักษณะขี้เล่น รื่นเริง
8. ชอบรับประสบการณ์ใหม่ๆ
9. นับถือตนเองและเชื่อมั่นในตนเองสูง

สมชาติ กิจยรรยง

10. มีความคิดอิสระและยืดหยุ่น
11. ยอมรับและสนใจสิ่งแปลกๆ
12. มีความซับซ้อนในการรับรู้
13. กล้าหาญกล้าเผชิญความจริง
14. ไม่ค่อยเคร่งครัดกับระเบียบแบบแผน
15. ไม่ยึดมั่น (Dogmatism) ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเกินไปชอบทำงานเพื่อ

ลักษณะ(องค์ประกอบ)นักสร้างสรรค์ความคิด

บุคลิกภาพเฉพาะตัวของผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ก็คือ

1. กระตือรือร้น
2. ความคิดหลักแหลม
3. ชอบฝันหวาน
4. ใฝ่ต่อปัญหา
5. สรรหาความคิดแปลกๆ
6. รู้จักยืดหยุ่น
7. มีวินัย
8. ขยัน คิด / ทำจริง
- 9.ละเอียดในการตรวจแก้ปัญหา
10. มีอารมณ์ขัน
11. รู้จักใช้เวลา
12. อยากทำให้ดีขึ้น
13. ตื่นตัว เปิดหู-ตา-ใจ
14. อยากรู้ อยากเห็น

สมชาติ กิจยรรยง

15.มีสมาธิ ความตั้งใจ

16.ลงมือทำ

17.อดทน หนักแน่น

18.มองโลกในแง่ดี

19.มุ่งมั่น

20.ร่วมมือ

21.ช่างสังเกต

ในบทนี้ทำให้เราทราบถึงลักษณะของบุคคลแต่ละคนที่จะมีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ซึ่งข้อมูลในแต่ละหัวข้อข้างต้นนั้นท่านไม่จำเป็นที่จะต้องมีการครบทุกข้อจึงจะบุคคลที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้ ผู้เขียนนั้นอยากจะให้แง่คิดแก่ท่านตรงนี้ว่า “ความยากจน ไม่ได้เป็นกรรมพันธุ์เสมอไป” ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์นั้น เกิดจากการลองผิดลองถูกมานับครั้งไม่ถ้วน เพียงแต่อยากจะฝากข้อคิดสั้นว่า “การทำผิดในครั้งแรกๆ นั้น มิได้หมายความว่าครั้งต่อไปจะผิดตลอดไป” ความเพียรพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จย่อมรอคอยเราอยู่แค่นั้นเอง.

กิจกรรมแบบทดสอบการเรียนรู้

อ่านข้อความนี้และให้คะแนนว่าเข้าใจได้ง่ายหรือยากแค่ไหน ท่านเชื่อมั่นแค่ไหนว่าจะทำกิจกรรมที่อธิบายไว้นี้ได้ ทำได้หัวข้อเรื่อง “โนกนดหวโนกราเคหรือ Cefa Shagvin มาจากเผ่าชาวเขาในอินเดีย แปลคร่าวๆ ว่า “พิธีกรรมที่ต้องผ่านเพื่อไปสู่การเป็นใหญ่”

โนกนดหวโนกราเค (Cefa Shagvin)

สมชาติ กิจยรรยง

กิจกรรมนี้สามารถทำได้ง่ายดาย เป็นสิ่งที่ดีที่สุดถ้าเราตัดสินใจว่าเราจะปฏิบัติตามนั้นตามลำดับขั้นตอนใด บางคนอาจจะตัดสินใจที่จะเริ่มจากข้างบนมาข้างล่าง และบางคนจากข้างล่างไปข้างบน บางคนอาจจะทำทั้งสองแบบ หรือทำผิดแปลกไปจากนี้ สิ่งที่สำคัญคือเราต้องมั่นใจก่อนว่ามีเครื่องมือที่อยู่ในสภาพที่ใช้ได้ดี และต้องรู้ว่าเมื่อใดส่วนสำคัญของเครื่องมือนี้ใช้ไม่ได้อีกต่อไป อีกเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งคือ เราจะต้องเข้าใจว่าใช้เครื่องมือนี้เพื่อปฏิบัติตามนี้อย่างถูกต้องเช่นใด เนื่องจากถ้าใช้ไม่ถูกวิธีจะได้รับความเจ็บอย่างเห็นได้ชัด เพราะฉะนั้นในขั้นแรกการกระทำนี้จะต้องใช้ความระมัดระวังเป็นอย่างมาก แต่ในที่สุดคนส่วนใหญ่จะทำความสเร็จได้อย่างปลอดภัยในเวลาไม่นาน

บางคนชอบที่จะเริ่มต้นโดยจับเครื่องมือแล้ววาดขึ้นลงตามแนวยาว แต่บางคนจะเคลื่อนมือเร็ว ๆ และช้า ๆ อยู่ตรงบริเวณเดียว แล้วเมื่อเสร็จตรงนั้นจึงเคลื่อนไปบริเวณอื่น ส่วนใหญ่จะใช้น้ำยาที่ทำให้การกระทำสิ่งนั้นง่ายขึ้น แต่มีคนจำนวนหนึ่งที่ไม่ชอบโดยใช้อย่างอื่นนอกจากเครื่องมือนี้

เมื่อทำกิจกรรมนี้เสร็จเรียบร้อยแล้ว ควรจะเก็บล้างเครื่องมือให้ถูกต้อง มีบางคนที่ชอบใช้อีกสิ่งหนึ่งเพื่อความสบายในขั้นตอนสุดท้าย กิจกรรมนี้จำเป็นต้องทำซ้ำกันไปเรื่อย ๆ นอกเสียจากว่าได้มีการตัดสินใจอะไรบางอย่างไปแล้ว

สมชาติ กิจยรรยง

จงตอบคำถามต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
1.	ชาวอินเดียหรือไม่ใช่ชาวอินเดียก็ได้ที่สามารถทำได้			
2.	เพศชายมีโอกาสทำมากกว่าเพศหญิง			
3.	กิจกรรมนี้ไม่จำเป็นที่จะใช้น้ำยากก็ได้			
4.	ชาวไทยมักจะทำในขณะแต่งตัวหรืออาบน้ำ			
5.	ข้อความหลักเกิดจากการเขียนสลับตัวอักษร			

ที่มาจากการสัมมนาหัวข้อเทคโนโลยีแห่งการเรียนรู้กับระบบการศึกษาโดย

Mr.Benard Percy II มี.ย. 45

บทสรุปจากกิจกรรมแบบทดสอบการเรียนรู้

โนกนดหวนโนกราเบ (Cefa Shagvin)

เฉลยคำตอบทั้ง 5 ข้อ ตอบว่า ใช่ ทุกข้อ

ในข้อที่ 5 เกิดจากการเขียนข้อความสลับตัวอักษรที่ถูกต้องก็คือ “โกนหนวดโกนเครา”

บทที่2 การสร้างความคิดจากไอคิว

(Intelligent Quotient)

ความสามารถด้านสติปัญญาเรามักจะเรียกกันว่าIQ ซึ่งเกิดจาก 2 ส่วน คือ จากยีนส์หรือพันธุกรรม และจากการเลี้ยงดู โดยทั่วไปจะยึดตัวเลข 100 เป็นระดับไอคิวเฉลี่ยของคนปกติ ตามหลักสถิติแล้วคนส่วนใหญ่หรือร้อยละ 68 ของประชากรทั้งหมดมีไอคิวอยู่ที่ระดับ 85-115 เราเชื่อกันว่า คนไอคิวสูงมักจะเรียนเก่ง ฉลาด แต่ที่จริงแล้ว IQ มีผลต่อความสำเร็จในชีวิตเพียง 20% เท่านั้น

IQ หมายถึงเชาว์ปัญญาของเด็ก ในเด็กแต่ละคนจะมีเชาว์ปัญญาสามารถวัดได้ดังนั้นการวัดเชาว์ปัญญาหลายวิธี เป็นวิธีสอบถามตามที่มีแบบทดสอบตามมาตรฐานใช้ศึกษาพฤติกรรม ซึ่งเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลเพื่อดูว่าบุคคลนั้นๆ ทำอะไรได้ดีที่สุด คะแนนที่ได้จะเรียกสั้นๆ ว่า IQ (Intelligence Quotient)

ระดับเชาว์ปัญญากับค่า IQ

ค่า IQ	ลำดับความสามารถทางเชาว์ปัญญา
130 และสูงกว่า	ดีเลิศ (Very Superior)
120-129	ดี (Superior)
110-119	ค่อนข้างดี (High Average)
90-109	เฉลี่ย (Average)
80-89	ค่อนข้างด้อย (Low Average)
70-79	คาบเส้น (Borderline)

สมชาติ กิจยรรยง

60 และต่ำกว่า

ปัญญาอ่อน (Mentally Deficient)

ดังนั้น IQ เป็นตัวเลขบ่งชี้ถึงเขาวนปัญญาในเวลาที่มาทดสอบและขณะทดสอบเท่านั้น ว่ามีความสามารถมากน้อยเพียงใดและนำไปเปรียบเทียบกับกลุ่มคนในลักษณะและระดับอายุรุ่นเดียวกัน ยกตัวอย่างเช่น ผู้มาทดสอบไม่ตอบคำถาม อยู่ในอารมณ์โกรธเพราะถูกบังคับให้มาทดสอบ หรือเหนื่อยเพลีย ไม่ร่วมมือในการทดสอบ ผู้ทำการทดสอบใช้เครื่องมือไม่เป็น สภาพแวดล้อมในการทดสอบมีเสียงดังรบกวน ไม่ทำให้มีสมาธิในการทดสอบได้ดี เป็นต้น ดร. ซีริพร วงษ์จันทร์ ได้กล่าวถึงเรื่องไอคิวว่าแม้ว่าเราจะได้ยินคำว่าไอคิวมาเป็นเวลาร่วมศตวรรษแล้ว ก็มีอีกหลายๆ คิวที่เพิ่งเกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้ เช่น อีคิว เอ็มคิว เอคิว และอีกหลายๆ คิว สารพัดคิวเหล่านี้มีที่มาอย่างไร และมีความหมายอย่างไรกันแน่

IQ (Intelligence Quotient) หรือ ไอคิวที่เราคุ้นกัน มีผู้ให้คำจำกัดความว่า คือตัวเลขทางสถิติที่แสดงถึงความเกี่ยวข้องและการเปรียบเทียบของความสามารถที่จะได้รับความรู้หรือทักษะทางการศึกษา ซึ่งน่าจะแปลง่ายๆ ว่า ไอคิวคือตัวเลขที่บอกความฉลาดในการเรียนรู้ ผู้รู้บางกลุ่ม กล่าวว่า ไอคิวเริ่มมีขึ้นในศตวรรษที่ 19 โดยนักวิทยาศาสตร์ชาวอังกฤษ ชื่อเซอร์ฟรานซิส กาลตัน หลังจากความโด่งดังของ "The Origin of Species" สิ่งพิมพ์ของ ชาร์ลส ดาร์วิน ดังขึ้นในปี คศ 1859 เซอร์ฟรานซิส กาลตัน ได้ศึกษาอย่างหนักเกี่ยวกับความเกี่ยวข้องของความสามารถของมนุษย์กับพันธุกรรม

การสอบวัดไอคิวได้เริ่มมีขึ้นอย่างล้นหลาม เมื่อประเทศสหรัฐอเมริกาต้องแยกแยะทหารเกณฑ์ตามกลุ่มความฉลาดเพื่อประจำตำแหน่งต่างๆ ในการทำสงครามโลกครั้งที่ 1 หลังจากนั้น บริษัท ห้างร้านก็เริ่มใช้การทดสอบนี้ เพื่อ

สมชาติ กิจยรรยง

ตัดสินใจว่าจ้าง เลื่อนตำแหน่ง หรือย้ายตำแหน่ง จากนั้นก็มีการนำไปใช้ใน
ระบบการศึกษา

เดิมมีการหาค่า IQ จากอายุของเด็กที่ควรทำข้อสอบ หากด้วยอายุของ
จริงของเด็กแล้วคูณด้วย 100 เช่น เด็กอายุ 8 ขวบ สามารถทำข้อสอบเท่ากับ
เด็กอายุ 12 ขวบ ค่า IQ คือ $12, 8 \times 100 = 150$ ซึ่งการคำนวณนี้ใช้กับผู้ใหญ่
ไม่ได้ เพราะ หากผู้ใหญ่อายุ 20 แต่ ทำข้อสอบสำหรับคนอายุ 30 ได้ การ
คำนวณก็จะ เป็น $30, 20 \times 100 = 150$ จะตีความว่า ผู้ใหญ่คนนี้มี IQ เท่ากับ
เด็ก 8 ขวบไม่ได้

การคำนวณค่า IQ ในปัจจุบันจึงใช้วิธีเปรียบเทียบความสามารถกัน
ในกลุ่มคนที่อายุเท่ากัน โดยมีการยึดค่า 100 เป็น มาตรฐาน ผู้ที่ได้คะแนน
ต่างกัน ก็จะแปรค่าดังนี้

คะแนนระหว่าง หมายถึง

40 - 54 มีปัญหาเรื่องสมองอย่างร้ายแรง เพราะคะแนนที่ได้ น้อยกว่า 1% ของ
ผู้ทดสอบทั้งหมด

55 - 69 มีปัญหาทางสมอง เพราะคะแนนที่ได้ ประมาณ 2.3 % ของผู้ทดสอบ
ทั้งหมด

70 - 84 ต่ำกว่ามาตรฐาน

85 - 114 มาตรฐานคือได้ 68% ของผู้ทดสอบทั้งหมด

115 - 129 สูงกว่ามาตรฐาน

130 - 144 มีพรสวรรค์ 2.3 % ของผู้ทดสอบทั้งหมด

145 - 159 อัจฉริยะ น้อยกว่า 1 % ของผู้ทดสอบทั้งหมด

160 - 175 อัจฉริยะ อย่างยิ่ง

สมาชิก กิจยรรยง

อย่างไรก็ตาม Walter Lippmann ได้แย้งว่า เพื่อให้ได้รับคะแนนไอคิว สูงๆ อาจทำได้จากการเตรียมตัว ชักข้อและทำข้อสอบนั้นๆ ซ้ำแล้วซ้ำอีก โดยไม่จำเป็นต้องมีความฉลาด ดังนั้นจึงไม่เป็นธรรมที่จะตีค่าความฉลาดของ เด็กจากการทดสอบที่ไม่เป็นธรรมเช่นนั้น ดังนั้นในปี 1960-1970 การทดสอบ ไอคิวจึงไม่ได้รับความนิยมเท่าใดนัก

การสร้างไอคิวความฉลาดที่เพิ่มพูนได้ โดยนายแพทย์ทวิศักดิ์ สิริรัตนเรา ให้ท่านผู้อ่านความสำเร็จในชีวิตสมดังที่คิดได้อย่างเป็นระบบ ตลอดไป...

ไอคิว (IQ) มาจากคำเต็มว่า Intelligent Quotient คือ ระดับสติปัญญา ซึ่งได้มาจากการวัดโดยแบบทดสอบทางสติปัญญา แล้วแปลผลออกมาเป็น ตัวเลข ระดับของไอคิวปกติอยู่ในช่วง 90-110 ตัวเลขเหล่านี้บ่งชี้เฉพาะระดับ สติปัญญาในบางด้านของเด็ก ที่สามารถวัดออกมาเป็นตัวเลขได้ แต่ไม่ได้เป็น ตัวหลักในการบ่งบอกว่าผิดปกติหรือไม่ ต้องพิจารณาองค์ประกอบอื่นๆ ร่วม ด้วยเพิ่มเติม ผลที่ได้จากการวัดไอคิว ต้องรู้ในรายละเอียดด้วยว่า ใช้ แบบทดสอบใด เป็นแบบทดสอบมาตรฐานหรือไม่ ใครเป็นผู้ทดสอบ ช่วงเวลาที่ทำการทดสอบเด็กมีความพร้อมแค่ไหน ให้ความร่วมมือหรือไม่ เพราะสิ่งเหล่านี้มีผลต่อความเชื่อถือในผลลัพธ์ที่ได้ทั้งสิ้น เราคงไม่จำตัวเลข เพียงอย่างเดียวแล้วมาตีตราว่าเด็กฉลาดหรือโง่ การทดสอบไอคิว ไม่ได้ทำให้ รู้ว่าใครเก่งกว่าใคร แต่ทำเพื่อช่วยค้นหาปัญหา แล้วหาแนวทางช่วยเหลือ ส่งเสริม พัฒนาให้เด็ก นอกจากนี้ แบบทดสอบไอคิวที่มีใช้กันอยู่ ก็ไม่ได้ ครอบคลุมความฉลาดครบทุกด้าน

สมชาติ กิจยรรยง

ความฉลาดทั้งแปดด้าน

เรื่องของสติปัญญา มีทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligence Theory) พูดถึงเรื่องของความฉลาด ว่าไม่ได้มีเพียงด้านความคิดด้านเดียว แต่มีอย่างน้อย 8 ด้าน คือ

1) ด้านตรรกศาสตร์ - คณิตศาสตร์ (Logical-Mathematical Intelligence)

2) ด้านภาษา (Linguistic Intelligence)

3) ด้านมิติสัมพันธ์ (Visual Spatial Intelligence)

4) ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย (Bodily Kinesthetic Intelligence)

5) ด้านดนตรี (Musical Intelligence)

6) ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Intelligence)

7) ด้านการเข้าใจตนเอง (Intrapersonal Intelligence)

8) ด้านธรรมชาติวิทยา (Naturalist Intelligence)

แต่แต่ละคนมีความฉลาดด้านต่างๆ แตกต่างกันไป บางด้านมาก บางด้านน้อย ผสมผสานกันเป็นสัดส่วนที่ลงตัวสำหรับบุคคลนั้นๆ ความฉลาดเหล่านี้ส่วนหนึ่งติดตัวมาตั้งแต่เกิด ถือว่าเป็นต้นทุนของแต่ละคนที่ไม่เท่ากัน แต่อีกส่วนหนึ่งได้จากการประสบการณ์การเรียนรู้เพิ่มเติม โอกาสในการฝึกฝน การให้ความสำคัญ และสภาพสังคม วัฒนธรรม ที่เอื้ออำนวยให้มีการนำออกมาใช้ สำหรับความฉลาดในด้าน ความสัมพันธ์กับผู้อื่น และด้านความเข้าใจตนเอง ได้ถูกหยิบยกมาทำความรู้จักในมุมมองใหม่ หรือที่รู้จักกันโดยทั่วไปว่า อีคิว (Emotional Quotient) ได้มีความพยายามที่จะวัดออกมาเป็นตัวเลขเหมือนไอคิว ถึงแม้ยังไม่ค่อยประสบความสำเร็จเท่าที่ควรในการวัด

สมชาติ กิจยรรยง

แต่ก็เป็นเรื่องที่ได้รับการสนใจอย่างกว้างขวาง นอกจากนี้ยังมีเรื่องของความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) ซึ่งเป็นอีกมุมหนึ่งที่ควรมีการส่งเสริมเช่นเดียวกัน เป็นสิ่งที่มีคุณค่าไปกับไอคิว แต่ไม่สัมพันธ์กัน คนไอคิวดีไม่จำเป็นต้องมีความคิดสร้างสรรค์ดี คนมีความคิดสร้างสรรค์ดี ก็ไม่จำเป็นต้องมีไอคิวดีเช่นกัน ถ้าคุณพ่อ คุณแม่ สามารถหาสัดส่วนที่ลงตัวของความฉลาดด้านต่างๆ ของลูกได้ และให้การส่งเสริม พัฒนาในแนวทางที่เหมาะสม ถูกทิศทาง ก็จะช่วยให้เขาเป็นผู้ที่ฉลาด มีภูมิปัญญาตามทิศทางเหมาะสมกับตัวเขา สามารถพัฒนาอย่างต่อเนื่องด้วยตัวเองได้ในที่สุด แต่ถ้าเขาฉลาดผิดทิศทาง ไม่เหมาะสมกับตัวเขา ถึงจุดหนึ่งอาจหยุดชะงัก พัฒนาด้วยตัวเองไม่ได้ และถอยหลังในที่สุด

สถาบันสร้างสรรค์ศักยภาพสมอง IQ (Intelligent Quotient) คือ ความเก่ง หรือ ความฉลาดทางปัญญา ซึ่งแบ่งออกเป็น 8 อย่าง ได้แก่

1. **ความฉลาดทางด้านภาษา** คนพวกนี้จะมีความสามารถในการใช้ภาษาได้ดี ทั้งการพูด การเขียน การอ่าน รวมทั้งความสามารถในการจัดการเกี่ยวกับโครงสร้างทางภาษา มีความสามารถในการใช้ศิลปะในการใช้ภาษา หรือการสื่อสาร
2. **ความสามารถทางตรรกะและคณิตศาสตร์** พวกนี้จะมีความสามารถในการใช้ตัวเลข คิดเลขได้ดี มีความคิดเชิงนามธรรมได้เก่ง มีเหตุผล คิดการณ์ไกลได้เก่ง ตั้งสมมติฐานเก่ง
3. **ความฉลาดทางด้านมิติ** พวกนี้จะมีความสามารถในการมองมิติกว้าง ยาว สูง ไกล ได้เก่ง รวมทั้งสามารถคิดปรับปรุงวิธีการใช้พื้นที่ได้เก่ง

สมาชิก กิจขรรยง

4. ความฉลาดทางด้านการใช้ร่างกายและการเคลื่อนไหว พวกนี้จะเป็นคนเก่งทางด้านกีฬา นาฏศิลป์ บัลเลต์ นักมวย
5. ความฉลาดทางด้านดนตรี พวกนี้จะมีความสามารถทางด้านดนตรีมาก เช่น นักดนตรี นักแต่งเพลง นักร้อง จะเข้าถึงจังหวะจะโคนของดนตรีได้ดี
6. ความฉลาดทางด้านมนุษย์สัมพันธ์ พวกนี้จะสามารถเข้าใจจิตใจผู้อื่นได้ดี ทั้งความรู้สึก ความคิด ทักษะ และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นที่เกี่ยวข้องได้เป็นอย่างดี ทำให้มนุษย์สัมพันธ์ดี
7. ความฉลาดทางด้านเข้าใจตนเอง จะสามารถเข้าใจตนเองเป็นอย่างดี รู้จักจุดแข็ง จุดอ่อนของตนเอง มีความสามารถในการฝึกฝนตนเองได้ดี
8. ความฉลาดในการเข้าใจธรรมชาติ พวกนี้จะสามารถใช้ชีวิตตามธรรมชาติได้อย่างปกติ รู้จักการใช้ทรัพยากรธรรมชาติและการอนุรักษ์ธรรมชาติเป็นอย่างดี

สมาธิกับเขาวนปัญญา

สมาธิช่วยให้เกิดเขาวนปัญญาผู้เขียนขอเสนอแนะวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างง่าย ดังนี้

1. ฝึกอ่านหนังสืออย่างตั้งใจ สัก 20-30 บรรทัด ในเวลากำหนด 5-7 นาที แล้วเก็บใจความออกหรือฝึกความจำเป็นคำหรือพยางค์ก็ได้เป็นการฝึกให้มีความจำดี คราวละ 20-50 คำ
2. ฝึกเขียนหนังสืออย่างตั้งใจ จะเป็นคัดลายมือก็ได้ โดยระวังไม่ให้ผิดพลาด

3. ฝึกสมาธิเกี่ยวกับอิริยาบถในการเดิน (จงกรม) หรือการรำละครให้กำหนดรู้ในการก้าวย่างเดิน ขณะเท้ายก-ย่าง-เหยียบ รู้ ก้าวย่าง ซ้าย-ขวา หมุนตัวกลับ หรือฝึกสมาธิในการนั่ง การยืน รู้อาการที่คู่ขาเข้าเหยียดออก การวางมือขาของตนเองเป็นเบื้องต้นของการฝึกสติให้รู้ตัวตลอดเวลา
4. ฝึกดูลมหายใจ ตัวเอง ระหว่างหายใจเข้าออก กระทบผ่านจุดใดในร่างกายบ้างและไปสิ้นสุดที่ไหน อย่างไร ดูการเปลี่ยนแปลงของระบบลมหายใจ เวลาหายใจเข้าสั้น เวลาหายใจออกสั้นหรือยาว หรือว่าเท่ากัน แรกๆ ลมหายใจยาวๆ หยาบๆ ค่อยๆ ไปมีอาการอย่างเดิมหรือหายใจช้าลง สะเอียดประณีตขึ้นหรือยังเหมือนเดิม การสังเกตรู้ความเปลี่ยนแปลงเช่นนี้ จะเป็นทางให้มองเห็นไตรลักษณ์ การเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ทำให้จิตคลายความยึดมั่นถือมั่นต่อไป
5. ฝึกดูสิ่งหนึ่ง อย่างเพ่งพิณี (เพ่งสกิด) จะเป็นแจกันดอกไม้ รูปภาพ พระหิ้งอื่นให้เพ่งพิณีว่ามีองค์ประกอบอะไรบ้างจะช่วยให้เป็นคนช่างสังเกตพิณีพิเคราะห์
6. ฝึกสมาธิ ให้รู้ตัวตลอดเวลาว่าขณะนี้ทำอะไรอยู่ เช่น ดื่มน้ำ รับประทานอาหาร ชักผ้าเขียนหนังสือ พุด-ลัมมนา ให้ฝึกปฏิบัติอย่างตั้งใจโดยมีสติกำกับในขณะที่ทำโดยรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา ให้นักเรียนฝึกดูลมดูตัวเองสัก 1 ชั่วโมง ในแต่ละวันแล้วเพิ่มเวลาให้มากขึ้นๆ เป็น 2-3 ชั่วโมง ต่อไปสัปดาห์จะเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ รู้ตัว หรือพร้อมตลอดเวลา

7. **ฝึกบังคับใจให้สงบ** โดยหาที่เงียบสงบอยู่คนเดียวแล้วดูเข้าไปที่ใจตนหยุดความคิดทั้งปวงดูอาการที่ใจว่างๆ สบายจากความสงบนั้นสัก 10-20 นา หรือถ้ามีภาวะใดที่วุ่นวายไม่สงบให้สังเกตจิตจนเห็นภาวะความวุ่นนั้นมันเป็นอย่างไ คงที่หรือเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร แล้วนำมาเปรียบเทียบระหว่างความว่างกับความวุ่น
8. **ฝึกสมาธิคลายเครียดแบบเซ็น** สภาพแวดล้อมและการทำงานปัจจุบันนี้ทำให้คนเราเคร่งเครียดมาก วิธีแก้คือ ก่อนนอนหรือเวลาเครียดมากให้นอนหงายกางขาและแขนราว 45 องศา ศีรษะไม่หนุนหมอน ใช้คำบริกรรมเวลาหายใจเข้าว่า “พุท” หายใจออกว่า “โฮ” จะช่วยให้จิตสงบหลับสบายได้โดยรวดเร็ว แต่ถ้าไม่ต้องการจะหลับ จงควบคุมจิตให้มีสติลูกโป่งรู้ตัวอยู่ตลอดสัก 10-15 นาที อาการเครียดจะคลายไป เกิดความสดใสกระปรี้กระเปร่ามาแทน
9. **กำหนดสติที่เคลื่อนไหวของมือ** นั่งขัดสมาธิมือทั้ง 2 คว่ำวางบนหน้าขา จากนั้นตั้งมือขวาบนเข่า ยกมือขวาขึ้นเพียงอก เอามือขวาแตะท้อง มือซ้ายตั้งบนเข่า ยกมือขึ้นเพียงอก เอามือซ้ายวางคว่ำทับบนมือขวา ยกมือขวาแตะอก แล้ววางมือขวาออกข้างตัวทางขวา วางมือขวาตั้งลงบนเข่าขวา แล้วคว่ำมือขวาลงบนเข่าขวา คว่ำมือขวาลงเสร็จแล้วยกมือซ้ายจากหน้าท้องแตะที่อก แล้ววางมือซ้ายออกข้างตัวทางซ้าย วางมือซ้ายตั้งลงบนเข่าซ้าย แล้วคว่ำมือซ้ายลง จากนั้นตั้งคืบทำใหม่ การสติเช่นนี้ จะเป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้รู้ - เห็นลักษณะของไตรลักษณ์ได้เช่นกัน

สมาชิก กิจจรรยง

ในบทที่กล่าวถึงเรื่องไอคิวนี้ก็ได้กล่าวถึงประเด็นสำคัญสามประการ คือ ระดับเขาว์ปัญญากับค่า IQ ความฉลาดทั้งแปดด้านของคนโดยเฉลี่ย ทั่วๆไปและรู้จักคำว่าสมาธิกับเขาว์ปัญญา ซึ่งก็น่าจะเกี่ยวข้องกันในการทำงานหรือการบริหารงานนะครับสิ่งที่สำคัญในการทำงานที่พนักงานไม่ควรปฏิบัติก็คือ“งานงานชอบเลี้ยง ส่งเสียงชวนคุย มักจะทำช้อยอยู่เสมอ ครั้งเจ้านายเผลอก็มักหลับ รวมทั้งหาเรื่องกลับบ้านก่อนเวลา”นั่นเอง สำหรับผู้บริหารก็ขอให้ถือคติที่ว่า”รู้เท่าเอาไว้กัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข” แต่ขอให้ท่านผู้บริหารมีจิตใจที่หนักแน่น คือไม่หุเบา เจ้าอารมณ์ ข่มลูกน้อง จ้องแวร เห็นแก่ตัว กลัวเหน้อย เถื่อยหา ไม่รักษาคำพูดและขาดมนุษยสัมพันธ์ ผ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่างๆที่ย่อมยากที่จะพานพบกันนะครับ.

บทที่3 การโปรแกรมความคิดจินตนาการสู่ความสำเร็จ

UQ(Utopia Quotient)

Utopia Quotient การสร้างสรรค์จินตนาการหรือCreativity Quotient คือรู้จักคิดฝันทางบวก เป็นที่มาของความคิดเชิงสร้างสรรค์ (Creative) จินตนาการเป็นพัฒนาสมองซีกขวาให้ทำงานได้ดีขึ้นนั่นเอง

ท่านอยากพบบุคคลที่มีความสำคัญต่อความสำเร็จของท่านมากที่สุด ในโลกใช้ไหม ท่านอยากรู้จักกับคนคนหนึ่งที่มีอำนาจที่จะบันดาลความสุข ความสำเร็จและสิ่งต่าง ๆ ที่ท่านต้องการให้ท่านได้หรือไม่? ครั้นผมจะ แนะนำให้ท่านรู้จักก็คือ ตัวท่านเอง

แน่นอนเท่าที่ผ่านมาในช่วงชีวิตตอนใดตอนหนึ่ง ท่านอาจจะรู้สึก อ้างว้าง โดดเดี่ยว เหมือนกับดกพรางของชีวิต ขาดจุดมุ่งหมายที่แน่นอน หรือไร้หลักการ อาจจะเป็นความผิดพลาดหรือพลาดหวังอย่างใดอย่างหนึ่ง คนอื่น ๆ ที่ล้มเหลวแล้วสามารถลุกขึ้นมาได้ก็ไม่มีอะไรแตกต่างไปจากตัว ท่าน

ความจริงก็คือว่า ไม่มีความแตกต่างระหว่างมนุษย์ด้วยกัน เพราะจิตใจของคนเรามีลักษณะการทำงานตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติแบบเดียวกัน จงมองลึกลงไปในตัวของท่าน มันยังมีอำนาจมหัศจรรย์ อำนาจวิเศษอยู่อย่างหนึ่งซึ่งเป็นเหมือนดวงแก้วสารพัดนึกที่จะบันดาลทุกสิ่งทุกอย่างให้แก่ตัว ท่านเอง เพียงแต่ท่านจะต้องรู้จักวิธีที่จะดึงมันออกมา และใช้มันทำในสิ่งที่ดี งามต่าง ๆ นั้น

สมชาติ กิจยรรยง

การที่จะทำเช่นนั้นได้ ท่านจะต้องเข้าใจเป็นประการแรกก่อนว่าการกระทำต่าง ๆ นั้น แรกทีเดียวจะต้องเกิดขึ้นในจิตใจก่อน เพราะฉะนั้นท่านจะต้องกำหนดจิตใจของท่านให้แน่นอนก่อนว่าท่านต้องการความสำเร็จอะไร ความจริงแล้วสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับท่าน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันนั้น เพราะท่านคิดว่ามันจะเป็นอย่างนั้น ท่านลองย้อนนึกดูการกระทำของท่านที่ผ่านมา ดูว่าเป็นจริงตามนั้นโดยส่วนใหญ่หรือไม่อย่างไรเพราะความคิดสั้น ๆ ถูกสะสมไว้ในจิตใจของท่านทีละขั้น และด้วยวิธีการเช่นนี้ทำให้เรื่องที่เราคิดอยู่เสมอเป็นจริงขึ้นอยู่เสมอเป็นจริงขึ้นมาท่านคงเคยได้ยินคำกล่าวที่ว่า “ผมเกรงหรือเกินว่ามันจะเกิดขึ้น” แล้วเราก็คิดและพูดอยู่เช่นนั้น บางทีก็ด้วยความกลัว จึงสร้างภาพเหตุการณ์นั้น ๆ ที่ได้เกิดขึ้นซ้ำ ๆ อีกด้วย

ท่านเชื่อไหมครับว่า อานาจสร้างสรรค์หรือพลังที่อยู่ในตัวท่านนี้จะไม่แยกแยะเหตุผลว่าอะไรดี อะไรชั่วได้ ถ้าหากท่านมีความคิดจินตนาการ หรือมโนภาพในความสำเร็จ ท่านย่อมจะได้รับความสำเร็จ แต่ถ้าหากท่านคิดว่ามันจะล้มเหลวอยู่เรื่อยไป ท่านก็คงจะได้รับแต่ความล้มเหลวอย่างแน่นอน

เพราะฉะนั้นบทนี้จึงเป็นบทที่สำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับท่าน ขอบอกกับท่านอย่างจริงใจว่า ท่านจำเป็นที่จะต้องรู้จักควบคุมอำนาจหรือพลังสร้างสรรค์นี้รวมทั้งจินตนาการ หรือมโนภาพทางใจของท่านรวมทั้งการปฏิบัติเพื่อสร้างสำนึก มโนภาพ หรือจินตนาการ แห่งความสำเร็จให้เกิดขึ้นในจิตใจ

สมชาติ กิจยรรยง

รู้จักกับจิตโดยพื้นฐานสองประการ

แรกสุดท่านจะต้องรู้และเข้าใจความจริงบางอย่างเกี่ยวกับตัวท่านว่า ตัวคนนั้นจะมีจิตที่แตกต่าง และแยกกันอยู่ สองอย่างคือ

จิตสำนึก เป็นจิตธรรมดาโดยทั่ว ๆ ไป จะทำการแยกแยะเหตุผล แสดงถึงความสงสัย การคาดคะเน การคิดคำนวณ หรือการเรียนรู้ต่าง ๆ เปรียบเสมือนตะแกรงร่อนคอยคัดสิ่งที่ไม่ต้องการออกไปหากสิ่งใดก็ตามที่ จิตสำนึกเราสนใจนั้นก็จะถูกส่งไว้ในรูปของความคิด มโนภาพ หรือ จินตนาการ และจะถูกส่งผ่านเข้าไปยังจิตใต้สำนึก หรือจิตภายใน

จิตใต้สำนึกเป็นจิตที่มีพลังมหาศาล มันทำหน้าที่เกี่ยวกับโลกที่มี อาณาบริเวณที่กว้างใหญ่ไพศาล ที่ไม่มีอำนาจกำหนดขอบเขตได้ แตกต่าง จากจิตสำนึกตรงที่ จิตสำนึกธรรมดา นั้น ไม่มีพลังหรืออำนาจสร้างสรรค์ เพราะปัญหาต่าง ๆ ที่คิดด้วยจิตสำนึกธรรมดานั้น บ่อยครั้งที่เราแก้ปัญหาไม่ ตก กับคำพูดของจิตสำนึกว่า “ผมยอมแพ้แล้ว หรือ จนปัญญาจริง ๆ” และทันทีที่ความคิดชั่วแวบเมื่อท่านคิดว่าจนตรอก หรือหมดทางแล้วก็แวบ ขึ้นมาในจิตขณะปล่อยวาง ทำให้ท่านมองเห็นดูออกมองเห็นลู่ทาง หรือ แก้ไขปัญหานั้น ๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นความคิด ความจำ เรื่องต่าง ๆ ที่สำคัญ ๆ ในอดีตที่ท่านพยายามนึก

นั่นแหละครับ จิตใต้สำนึกที่สร้างสรรค์ ช่วยคิดหรือแก้ไขปัญหา ทันทีที่จิตสำนึกส่งปัญหาหรือข้อมูลเข้าไปให้จิตใต้สำนึกหาทางออก ซึ่งท่าน ไม่เคยรู้ตัวว่า มันเป็นการทำงาน มันเป็นการคิดค้นช่วยเหลือของจิตใต้สำนึก ของท่านเอง โดยส่งคำตอบกลับมาให้จิตใต้สำนึกได้รับรู้ได้

สมชาติ กิจยรรยง

ดังนั้น ท่านคงจะมองเห็นแล้วว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นบนโลกเรานี้ล้วนแล้วเกิดมาจากใจสำนึก ซึ่งมันไม่ใช่เรื่องลึกลับหรือเหลือเชื่อ แต่ประการใด การสร้างพลังแห่งความสำเร็จจึงกระทำได้โดยการสร้างจินตนาการหรือมโนภาพนั้น ๆ ให้ถูกต้องก่อนที่มันจะออกมาเป็นรูปร่างหรือผลสำเร็จที่เป็นความจริงขึ้นมาได้

บันไดในการโปรแกรมจินตนาการสู่ความสำเร็จ

สูตรสามขั้นในการช่วยเหลือให้ท่านเสริมสร้างพลังแห่งความสำเร็จ และสามารถลบขุมจิตใต้สำนึกของท่านได้ โดยการปฏิบัติอย่างง่าย ๆ และช่วยให้ท่านมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ท่านต้องการทางจิตใจได้ โดยใช้หลักการของธรรมชาติของจิตใต้สำนึก และการทำงานของจิตใจตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติ

ขั้นที่หนึ่ง ท่านจะต้องปล่อยวางและผ่อนคลายความคิดวิตกกังวล หรือความตรึงเครียดต่าง ๆ ที่จะทำให้ใจของท่านว่างด้วยกุศโลบายต่าง ๆ เช่น ทำความรู้สึกให้โล่งโปร่งเบา หรือสบาย สัมผัสเรื่องราวต่าง ๆ ที่จะมากระทบหรือรบกวนจิตใจ หรืออาศัยสถานที่เงียบ ๆ พักผ่อนใจให้สงบ หลับตาสมมติว่าตัวเองอยู่คนเดียวในโลก

ขั้นที่สอง ทำจิตใจของเราที่เป็นจิตใต้สำนึกของเราให้สงบและว่างจากความคิดอื่น ๆ ซึ่งท่านจะไม่ต้องฟุ้งซ่าน ซึ่งอาจจะต้องใช้วิธีการตามหลักสากล หรือศาสนาพุทธก็ได้ ขออย่าว่าจิตในขั้นที่สองนี้คือ การพักจิตใต้สำนึกให้ผ่อนคลายและทำจิตใจให้เป็นอิสระจากการคิดถึงเรื่องราวต่าง ๆ

ขั้นที่สาม การปรุงแต่งจิตใต้สำนึกจากขั้นที่หนึ่งสู่ขั้นที่สอง เพื่อให้ท่านผ่อนคลายนั้น บางท่านหรือบางครั้งอาจจะต้องอาศัยเวลา สถานที่หรือสภาพแวดล้อมช่วย เปรียบเหมือนกับการทำน้ำชุนหรือน้ำที่มีตะกอนให้ใส

สมาธิ กิจวรยง

ซึ่งต้องใช้เวลาและความนิ่งของน้ำ เมื่อร่างกายและจิตใจได้รับการผ่อนคลายลง และจิตใจของเรานั้นมีความคิดอิสระคือ ปล่อยาว หรือจิตว่างแล้ว จงตั้งใจสร้างจินตนาการ สร้างมโนภาพ ถึงสิ่งที่คุณปรารถนาหรือจะได้รับ

ในขั้นที่สามนี้ก็คือ การรวบรวมความคิดของเราพุ่งไปยังจุด ๆ เดียวคือ ภาพ จินตนาการ หรือมโนภาพที่สร้างขึ้นในสิ่งที่เราต้องการจะบรรลุถึงมองเห็นภาพของตนเอง กำลังทำสิ่งนั้นอยู่ หรือมันกำลังจะเกิดขึ้น

ยังมีโอกาสได้สร้างภาพเหล่านั้นบ่อยครั้งเท่าใดก็ตาม สิ่งนั้นก็จะเคลื่อนเข้ามาหาเรายิ่งขึ้นและผลสุดท้าย ท่านก็จะได้รับสิ่งที่ท่านต้องการตามคำบัญชาของจิตใจท่าน ดังเช่น โทมัส เอดิสัน นักประดิษฐ์บันทึกโลกกล่าวว่า “ความสามารถของผมในการค้นคิดประดิษฐ์สิ่งต่าง ๆ นั้น ผมไม่เคยคิดเป็นคำพูด แต่ผมคิดเป็นภาพ” เขาได้คิดถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เขาต้องการและจินตนาการการประดิษฐ์และตีป้อนให้จิตใจสำนึกของเขาทำตามขั้นตอนนั้น

ท่านก็เช่นกันครับ ความสำเร็จที่ควรค่าแก่ชีวิตต่าง ๆ นั้นล้วนแล้วแต่ได้ใช้ประโยชน์จากสูตรนี้ ทั้งที่บางคนรู้ตัวและโดยไม่รู้ตัวดังนั้นเมื่อท่านรู้แล้ว จงเชื่อมั่นให้เป็นประโยชน์ให้ได้มากที่สุดเถิดครับ มันจะให้ค่ามหาศาลแก่ท่านเพราะนี่เป็นกฎการสร้างของจิตได้สำนึกที่เราทุกคนมีความพร้อมอยู่แล้วในตัว เพียงแต่ท่านจะเชื่อมั่นในแง่สร้างสรรค์หรือไม่เท่านั้น

สมชาติ กิจขรรยง

นำสู่กิจกรรมUQ

จินตนาการของคุณเป็นอย่างไร

“มันยากสำหรับคนในยุคสมัยใหม่ที่จะจินตนาการได้ว่า ยังมีชนเผ่าดึกดำบรรพ์ในโลกใบนี้ที่ไม่เคยใช้รถจักรยาน ซึ่งพวกเราเห็นเป็นของธรรมดา แบบทดสอบนี้จะช่วยให้คุณประเมินศักยภาพการจินตนาการของคุณได้”

เลือกคำตอบที่คุณคิดว่าถูกต้องในแต่ละข้อ

1. ขณะที่คุณเกือบจะหลับ คุณมักจะพบว่าตัวเองกำลังทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ทำในวันนั้น
☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
2. เมื่อตอนที่เพิ่งตื่นขึ้นมาจากการหลับ คุณพบว่าตัวเองล่องลอยอยู่ระหว่างความฝันและความจริง
☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
3. คุณเคยลองพยายามเขียนนิยาย เรื่องสั้นหรือบทกวีใช่ไหม
☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
4. เวลาที่คุณห้อมล้อมไปด้วยคนแปลกหน้า เช่น บนรถไฟหรือในภัตตาคาร คุณคิดว่าการวาดภาพชีวิตความเป็นอยู่ของคนเหล่านั้นว่าเป็นอย่างไร เป็นสิ่งที่น่าสนใจใช่ไหม
☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
5. รูปแบบและสีเป็นเรื่องสำคัญพิเศษสำหรับคุณใช่ไหม
☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

สมาชิก กิจยรรยง

6. เวลาที่อ่านนิยายหรือเรื่องสั้น คุณจะจินตนาการเกี่ยวกับผู้คนและสถานที่ต่างๆ ไปพร้อม ๆ กันอย่างละเอียดใช่ไหม
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
7. คุณเคยคิดบ้างไหมว่า ถ้าสามารถแก้ไขปัญหาทางด้านบุคลิกภาพลงได้ ชีวิตคุณจะประสบความสำเร็จมากขึ้น
- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
8. คุณเคยรู้สึกหงุดหงิดโดยไม่เหตุผลบ้างไหม
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
9. คุณชอบอ่านหนังสือประเภทเหนือธรรมชาติหรือนิยายทางวิทยาศาสตร์หรือไม่
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
10. ขณะที่คุณกำลังอ่านนิยายอยู่ คุณจินตนาการตัวเองในบทบาทของตัวละครแต่ละตัวใช่หรือไม่
- ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
11. ขณะที่กำลังชมภาพยนตร์อยู่ คุณเอาตัวเองเข้าไปในฉากนั้นหรือในบทพระเอกหรือนางเอกหรือไม่
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
12. กลิ่นหอมบางอย่างทำให้คุณคิดถึงวัยเด็กหรือวัยรุ่นของคุณใช่ไหม
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย
13. ขณะที่กำลังวางแผนการท่องเที่ยวในวันหยุดคุณจินตนาการเห็นภาพสถานที่ในโบรชัวร์การท่องเที่ยวใช่หรือไม่
- ☐ ใช่ ☐ บางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย

สมชาติ กิจขรรยง

ฉันกับท่านผู้อ่านทุกท่านที่ได้เลือกใช้ “ความคิดที่เลิศล้ำ นำพาตัวท่านไปสู่ความสำเร็จ” โชคดีและสวัสดิ์ครับ.

Copyright