

ทำไมคนฉลาดจึงตกสังคม

วิเชียร ตรีสุภาพกุล
Global Co., Ltd.

ต่อ อาทิวราห์แล้ว

เหตุผลข้อที่ 3: ต้นกล้วย

คนฉลาดทำอะไรบางอย่างที่ทำให้คนอื่นหลงใหลตน...

พวกนี้จะมีเหตุผลนานาประการว่าทำไมทุกสิ่งทุกอย่างในสถานการณ์สังคมจึงไม่ค่อยเอาไหนหนอ พวกนี้จึงซื่อออกมาว่าจริงๆ แล้วถ้าพวกนี้ทำอะไรตามสังคมแล้วคงจะล้มเหลวเป็นแน่แท้ พวกนี้จึงอาศัยจินตนาการที่สร้างสรรค์แบบน่าแปลกใจ ไปสร้างจินตภาพว่าภาพทุกสิ่งช่างน่ากลัว และรู้สึกได้

แล้วจากนั้นพวกนี้ก็จะใช้ผลลัพธ์จากจินตนาการไปสร้างอารมณ์ลบๆ ซึ่งทำยที่สุดแล้วจะหยุดยั้ง และเหนียวรั้งจากความสำเร็จได้

พวกนี้ไม่แม้แต่จะลองพยายาม

ที่นี่ ถ้าเราไตร่ตรองอะไรบางอย่างถึงวันพร้อมกับเหตุผลว่าทำไมถึงล้มเหลวแล้ว มันก็จะรู้สึก และรับรู้ได้ว่าสมควรที่จะไม่ทำตามหมายความว่า ทำไมเราจึงต้องการทำอะไรบางอย่างที่กำลังจะล้มเหลว ?

นี่ก็ดูมีตรรกะดีอยู่ แต่การคิดอะไรที่น่ากลัวเมื่อต้องเข้ามาอยู่ในโลกแห่งความจริงแล้วต้องเอาชนะความขี้อาย และความวิตกกังวลกับการเข้าสังคม

ทั้งนี้ก็เพราะว่าความขี้อาย และความวิตกกังวลกับการเข้าสังคม มันมีแนวโน้มที่เป็นการคาดการณ์ที่เกินจริง เราคาดการณ์เกินจริงกับความน่าจะเป็นที่ว่าอาจมีอะไรบางอย่างที่แยๆ ที่เกิดขึ้นแล้วเราก็คาดการณ์คิดไปไกลต่างๆ นานาว่าน่าจะมีผลสืบเนื่องตามมาแน่ๆ ถ้าหากสิ่งเลวร้าย (ที่คิดเกินไป) เกิดขึ้นมาจริงๆ

โดยปกติแล้ว ความล้มเหลวมันไม่ใช่เรื่องใหญ่โตอย่างที่จิตเราคิดเลยเถิดไปเลย เพราะความล้มเหลวหรือความผิดพลาดเล็กๆ น้อยๆ มันเป็นเรื่องจำเป็นสำหรับเราที่จะปรับปรุงทักษะของเรามีใช้หรือ?

เพราะฉะนั้น การใช้จิตของเราเพื่อรองรับกับเหตุผลทั้งหมดที่ว่าทำไมเรื่องราวต่างๆ จึงใช้ไม่ค่อยได้กับเรื่องราวในชีวิต แล้วจึงพยายามหลีกเลี่ยงมันอีก นี่แหละคือสิ่งที่นำไปสู่ความล้มเหลวในที่สุด

เราจึงต้องเรียนรู้ที่จะเอาชนะลักษณะนิสัยนี้ให้ได้ถ้าเราต้องการพ้นจากวงจรมัน



เหตุผลข้อที่ 4: พวกนี้ไม่เคยจัดการกับความกลัวและอารมณ์อื่นๆ เลย

ความแข็งแกร่งของคนฉลาดอยู่ที่ "จิต" ของเขานั่นเอง ความอ่อนแอหรือจุดอ่อนของคนฉลาดมักจะเป็น "อารมณ์" ของเขาเอง

คนฉลาดมักจะ "ตรึงอารมณ์ (Immobilization)" ด้วยความหวาดกลัว

เรียกว่าหยุดโดยสิ้นเชิง ถูกแช่แข็ง

และเนื่องจากคนฉลาดหลายๆ คนมักจะไม่ค่อยสบายใจเมื่อต้องรับมือกับสิ่งที่เขาไม่เก่ง ไม่นัด จึงได้แต่ "วิ่งหนี" ให้พ้นความกลัว

หลายคนอาจจะอยากยอมตายเสียดีกว่าหรืออยู่ในโลกเหงๆ โดดเดี่ยว แยกตัวเองออกมา แทนที่จะยอมรับว่าเขาไม่รู้ว่าจะปฏิบัติตัวอย่างไรหรือรับมือกับอารมณ์ของตัวเองอย่างไร คงได้แต่ขอความช่วยเหลือจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์กระมัง!



ในความเป็นจริงแล้ว มีคนที่เป็นแบบนี้มานานหลายปี กว่า จะคลี่ปมนี้ได้

ความเป็นจริงก็คือ ใครๆ ก็สามารถเรียนรู้ที่จะรับมือ และ แม้แต่คุณบังเหียนอารมณ์ของตัวเองได้ (แม้กระทั่งความกลัว) เพียง แค่ใช้เวลาสักหน่อย และพยายามเรียนรู้ “วิธีการ” ที่จะรับมือ อย่างไรเท่านั้นเอง

ถามว่าถ้าเป็นตัวเราเอง เราคงต้องใช้เวลา และใช้ความ พยายาม

ไม่ต้องไปกังวลหรือใส่ใจว่าคนอื่นเขาจะดูแคลนว่าเรากำลัง ศึกษาเรียนรู้เพื่อช่วยตัวเองหรือแก้ปัญหาให้ตัวเอง

สาระสำคัญมันอยู่ตรงที่ว่า เรากำลังทำสิ่งเหล่านี้ที่ “เรา” ต้อง กระทำ “เพื่อตัวเราเอง” นี่คือเหตุผลที่ว่าเหตุใด “คนฉลาดจึงตกสังคม” จึงเป็นเรื่องชวนครุ่นคิด เพราะว่ามันเป็นเรื่องของการต่อสู้กับสิ่งหวาด กลัวในใจ

มาถึงจุดนี้ ต้องบอกว่า ถ้าเราลองพยายามแก้ปมตรงนี้ได้ เรา จะเห็นสังขรณ์อันสดใสที่จะเริ่มต้นเรียนรู้เรื่องของ “คน” และเข้า สังคมได้ดีเป็นธรรมชาติ ซึ่งจะช่วยเสริมบุคลิกภาพ และมีส่วนส่งเสริม การทำงานให้ราบรื่นได้

ทั้งนี้ด้วยการศึกษาอย่างระมัดระวังว่าสิ่งที่เป็น “ธรรมชาติ” ในสถานการณ์ทางสังคมเป็นอย่างไร และเรียนรู้ว่า “จิต” ทำงาน อย่างไรด้วย หากเราเริ่มตระหนักว่าการเอาชนะความอาย และ

เอาชนะความเครียด ความวิตกกังวลนั้น มันไม่ใช่เรื่องของตรรกะ ทั้งหมด

หลายคนที่ประสบความสำเร็จจากการนี้ได้กระทำอะไรหลาย อย่างที่เป็นพื้นฐานอย่างผิดๆ มาแล้ว และบางคนยิ่ง “แก้ไข” ปัญหา ไม่ถูกจุด ก็จะมีเหมือนลิงแก้แห ยิ่งแก้ยิ่งพันตัว สัมพันธ์ภาพเรื่องคน เรื่องงานพลอยยุ่งเหยิงไปหมด

ประเด็นสำคัญอีกจุดหนึ่งที่ต้องเปลี่ยนแปลง นั่นคือการแก้ไข บุคลิกภาพหลักๆ ของเราให้ได้ และต้องเปิดตัว ออกสังคมให้มากขึ้น จากนั้นเราก็จะเคยชิน และมีความก้าวหน้าได้

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่เป็นเรื่อง “ยาก” ก็คือ “การยอมรับ” ตนเองเสียก่อน เพราะนี่คือปราการแรก ยอมรับรู้กับตัวเองว่าเป็น อย่างไร ต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองเท่านั้น

มีคำคมอยู่ว่า “ท่านไม่มีทางแก้ปัญหาด้วยระดับความคิด เดิมๆ และแบบเดียวกันได้”

นี่คือหลักทำนองเดียวกัน

บางคนใช้เวลานานทีเดียวกว่าจะค่อยๆ ปมเพาะ กล่อมเกลา ตัวเองทีละเล็กละน้อย แต่ต้องไม่หยุดยั้งการเรียนรู้ ทดสอบ และ พยายามกลั่นกรองปรับแต่งสิ่งที่เรียนรู้ จนกว่าจะชัดเจนในตัวเองว่า สามารถเอาชนะความอาย และความเครียดเวลาเข้าสังคมอย่างไรได้ ในที่สุด

พึงเรียนรู้ว่าจะเป็นคนมีความมั่นใจได้อย่างไร เมื่อไร และ ที่ไหนด้วย ฯลฯ

เรียนรู้วิธีการสร้างวงสังคมจากบรรดาเพื่อนสนิทมิตรสหาย และเหนือสิ่งอื่นใดที่สำคัญ ต้องเรียนรู้วิธีกำจัด “จุดอ่อน” ที่เป็น ความรู้สึกที่แสนจะ “ว่างเปล่า” ที่เคยพกพาดิตดวลตลอดทั้งชีวิต เพราะไม่รู้จักรักวิธีจะออกมาจากความเป็น “ทาสซีซีไพร” ได้อย่างไร

สรุป

ตราบใดที่เราเป็นมนุษย์ในสังคม ยังต้องอยู่ในสภาพแวดล้อม ของสังคม ซึ่งจำต้องมีการปะทะสังสรรค์ เราจำเป็นต้องเรียนรู้ “คน” ด้วย การอยู่แต่ในมุมสบาย มุมปลอดภัย (comfort zone) ก็อาจช่วย ไม่ได้มาก แม้จะเก่งกาจปานใด แต่ก็ควรรู้จักเข้ากับสิ่งแวดล้อมทั้ง “คน” และ “งาน” ด้วย จึงจะเกิดดุลยภาพของชีวิตทั้งชีวิตส่วนตัว และ การงานไม่ระดับใดก็ระดับหนึ่ง

TPA
news