

# มี หรือ หมด Passion

บทความโดย Sine Ratcharak

www.sirichaiwatt.com



**ช่วง**นี้ได้ยินหลายคนพูดถึงคำว่า "Passion" กันค่อนข้างบ่อย ซึ่งได้กลายเป็นคำฮิตติดปากของใครหลาย ๆ คนในยุคนี้สมัยนี้กันไปแล้วสินะ จะทำอะไรแต่ละอย่าง ก็ต้องมี "Passion" เป็นแรงกระตุ้น หรือแรงจูงใจ และเมื่อไม่นานมานี้ คำนี้ก็ได้อีกเกี่ยวข้องกับปัญหาชีวิตรักของนักร้องคนหนึ่ง กลายเป็นกระแสใหญ่โตในโลกออนไลน์ เพียงแค่ แฮชแท็ก คำว่า "หมด Passion" ก็ทำเอาคนฮือฮากันทั้งประเทศ

และแล้ว ต่อมาความอยากค้นหาความหมายอันแท้จริงของคำว่า Passion ก็เริ่มทำงาน แม้จะเคยรู้มาบ้างแล้วว่ามันคืออะไร แต่ก็ยังไม่ลึกพอ เลยไม่รอช้า รีบคว้ามือถือมา Search หาคำว่า "Passion" ทันที ในที่สุด สายตาก็มองติดกับกระทู้หนึ่งในเว็บไซต์ Pantip ซึ่งเจ้าของในนาม "มายากล" ได้ตั้งกระทู้สั้นๆ ง่ายๆ แค่ว่า "คำว่า Passion เมื่อแปลเป็นภาษาไทย" และแน่นอนว่า เหล่าบรรดาสมาชิกทั้งหลาย ก็ได้เข้ามา Comment อย่างมากมาย และโดยส่วนใหญ่จะ

ตอบว่า Passion คือ "ความหลงใหล" แต่!!! มีความคิดเห็นหนึ่ง ซึ่งน่าสนใจ และให้ความหมายได้ดีเลยทีเดียว ซึ่งโดยส่วนตัวมองว่าความคิดเห็นนี้ ค่อนข้างดีความของคำว่า "Passion" ได้ดีพอสมควรเลยละค่ะ โดยสามารถสรุปสั้นๆ ได้ว่า...

*"Passion" มันคือการมุ่งมั่น กระตือรือร้น ที่จะทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่อาจเกิดจากสิ่งที่เราชอบ หลงใหลได้ปลื้มในสิ่งนั้น และอยากจะทำมันให้ได้ หรืออาจเกิดมาจากปมลึกๆ ทางลบในใจที่คุณเคยเจอมาก่อน ก่อให้เกิดการกระทำในด้านบวก ที่ต้องการช่วยเหลือหรือไม่ต้องการให้ผู้อื่นต้องมาเจอความเจ็บปวดแบบตัวเอง เป็นต้น"*

*"เมื่อเจอปัญหา ให้ลองตั้งสติ เปลี่ยนวิกฤติ ให้เป็น Passion ใหม่ๆ เปลี่ยนจากคำว่า ทำไม่ได้ ให้เป็นคำว่า เราทำได้ "*

เมื่อมองย้อนมาในชีวิตประจำวันของเรา โดยเฉพาะคนส่วนใหญ่ที่ยังทำงานประจำ เริ่มมีคำถามว่า ชีวิตที่วนลูปอยู่เช่นนี้จะไปหา Passion จากไหนกันล่ะ? เอาละสิ! เริ่มตอบยาก เพราะชีวิต

ในแต่ละวันต่างพบเจอแต่สภาพเดิมๆ งานลักษณะเดิม เพื่อนร่วมงานก็หน้าเดิมๆ แกรมมีนิสัยเช่นเดิมอีกต่างหาก เข้าชิพบัตรเข้าทำงาน เย็นก็กลับบ้าน แกรมบางคนต้องปั่นโอทีที่ตึกๆ ดื่นๆ ชะอืด ชะอืด!! กลายเป็นว่า เราต้องใช้ชีวิตอยู่ในออฟฟิศกันไม่ต่ำกว่า 8-10 ชม. ต่อวัน แต่ก็ยังคงต้องก้มหน้าก้มตาทำกันต่อไป เพียงเพราะหวังเงินเดือนมาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง บางคนก็ทนๆ ทำไปทั้งที่จิตใจห่อเหี่ยว สุขภาพกายก็แย่ สุขภาพจิตก็เสีย เป็นต่อไปอย่างนี้ ก็ไม่น่าจะดีนะค่ะ

เพราะฉะนั้น ก่อนที่จะไปหา "Passion" เราควรลองย้อนกลับมาตั้งคำถามกับตัวเองเราก่อนดีไหม เช่น งานที่คุณทำอยู่ทุกวันนี้ มันตอบโจทย์ทุกอย่างในชีวิตของคุณหรือป่าว? โอกาสความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่เป็นอย่างไร? ค่าตอบแทนที่ได้รับในแต่ละเดือนคุ้มหรือไม่? สภาพแวดล้อม และเพื่อนร่วมงานเป็นอย่างไรบ้าง? หากคำตอบของคำถามเหล่านี้ คุณเลือกที่จะพูดว่า "ไม่" เห็นที Passion คงจะเกิดได้ยากแล้วละค่ะ **ขอแนะนำให้เปลี่ยนงาน และสถานที่ทำงานด่วน!!!** เพราะขึ้นทนต่อไป ชีวิตคุณคงไม่สดชื่น ไม่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างแน่นอน

แต่...หากคำตอบแทน สวัสดิการบริษัท รวมถึงสภาพแวดล้อมในการทำงานดีหมด หลงเหลือแค่เพียงปัญหาในเรื่องของเนื้อหา เรื่องคน ความเครียด อันนี้สร้าง Passion ได้ไม่ยากค่ะ "เมื่อเจอปัญหา ให้ลองตั้งสติ เปลี่ยนวิกฤติ ให้เป็น Passion ใหม่ๆ เปลี่ยนจากคำว่า ทำไม่ได้ ให้เป็นคำว่า เราทำได้ "

เมื่อเจอปัญหา ะรุมมะตุ้มเยาะเย้ยมากมาย ให้คุณลองตั้งสติ และลองเปลี่ยนวิกฤติเหล่านั้น ให้เป็น Passion ใหม่ๆ ลองเปลี่ยนมุมมองความคิดแทนที่จะบอกว่า "ยาก เราทำไม่ได้" ให้เป็นคำว่า "เราทำได้ แค่หาสาเหตุให้เจอ เราคงผ่านมันไปได้ไม่ยาก" การสร้าง Passion ในรูปแบบนี้ มันจะทำให้เกิดความท้าทาย มีแรงกระตุ้นให้คุณมีพลัง สนุกกับการแก้ปัญหา และหากคุณสามารถแก้ปัญหา

เหล่านั้นได้ในท้ายที่สุดละก็ คุณจะภูมิใจกับมันไม่น้อยเลยละค่ะ แกรมมีโอกาสที่จะเติบโตในตำแหน่งหน้าที่การงานในอนาคต ได้มากกว่าคนอื่นๆ อีกด้วย

*"สร้าง Passion จากผู้มีประสบการณ์ หรือจากหนังสือสักเล่ม บทความดีๆ สักบท"*

เมื่อเกิดความเครียด คิดอะไรไม่ออก ลองหา Passion ด้วยการเปลี่ยนอิริยาบถ เดินออกจากโต๊ะทำงานไปพูดคุย ปรึกษา กับคนที่เค้าเคยประสบความสำเร็จมาก่อน แต่อย่าเผลอเดินเข้าไปคุยแบบ สุ่มสี่สุ่มห้านะค่ะ ดูสถานการณ์กันด้วย และก็อย่าเผลอเมาส์มอยจน ออกนอกกลุ่มนอกทางไปไกล จนกลับโต๊ะไม่ถูก อันนี้ไม่น่าจะใช้การหา Passion แล้วละค่ะ หรือหากคุณเป็นคนรักสันโดษ ไม่ชอบพูด ไม่ชอบคุย ก็อาจผ่อนคลายด้วยการอ่านหนังสือ อ่านบทความประเภท How to หรือเส้นทางความสำเร็จของผู้มีชื่อเสียงต่างๆ มันจะช่วยกระตุ้นให้คุณเริ่มมี Passion เพิ่มขึ้นมาได้ และมีแรงสู้ต่อ ลองดูค่ะ

อีกวิธีหนึ่งที่ดี คือ การออกกำลังกาย ลองสร้าง Passion ด้วยการตั้งเป้าหมายสุขภาพให้กับตนเอง หากกลุ่มเพื่อน ที่มีความชอบกีฬาในด้านเดียวกัน แล้วรวมกลุ่มชวนกันออกกำลังกาย นอกจากกีฬาจะช่วยให้คุณหายเครียดได้แล้ว ยังทำให้คุณได้เพื่อนใหม่ๆ เมื่อสมองผ่อนคลาย จะทำให้คุณมีไอเดีย ความคิดล้นไหล แกรมได้สุขภาพที่ดีอีกต่างหาก

สรุปแล้ว Passion ของแต่ละคน จะเกิดขึ้นได้นั้น สิ่งสำคัญที่สุด นั่นก็คือ การปรับเปลี่ยนความคิดและ Mindset อะไรที่เคยทำไม่ได้ ให้ลองทำ อะไรที่ยังไม่เคยรู้ ให้ลองค้นคว้าหาความรู้ความเพิ่มเติม อะไรที่คุณชอบ ให้ตั้งเป้าหมาย และลงมือทำอย่างจริงจัง เพราะฉะนั้น ชีวิตคุณ "มี" หรือ "หมด" Passion จึงขึ้นอยู่กับตัวคุณนั่นเอง เป็นกำลังใจให้ทุกคนสร้าง Passion ดีๆ มีแรงทำงานกันต่อไปนะค่ะ

