

ข้อ อาทอนบ้นที่แล้ว



27 วิธี ยกระดับตนเอง ในงาน

| วิเชียร ตรีสุภาพกุล

22. ตัดเรื่องที่ไม่สำคัญทิ้งเสียบ้าง

ท่านเคยมีความรู้สึกประมาณว่า มีงานที่ต้องทำอยู่มากเหลือเกิน แต่กลับมีเวลาน้อยเหลือเกินกับการจัดการเรื่องที่สำคัญ ๆ บ้างไหม ? ถ้ามี บางทีท่านอาจจำเป็นต้องจัดระเบียบบางอย่างในชีวิตของท่านแล้ว นั่นคือกำจัดเรื่องที่มีความสำคัญน้อยออกไปเสียบ้าง

การจัดลำดับความสำคัญ จะช่วยให้พบว่าเรื่องไหนเป็นเรื่องสำคัญจริง ๆ ที่ท่านต้องใช้เวลากับมันมาก อันนี้ทั้งในเรื่องงาน และชีวิตส่วนตัวที่ท่านอาจใช้กฎ 80/20

ปลดปล่อยตัวเองออกจากงานยุ่ง ๆ แต่ไม่มีความสำคัญออกมา แล้วถามตัวเองว่า “นี่หรือ เรื่องที่ฉันกำลังทำอยู่นี้ มีประโยชน์หรือเปล่า ?” ลองสำรวจ และทบทวนตลอดทั้งวัน ขอให้จำไว้ และถามกับตัวท่านเองจริง ๆ กับสิ่งนี้ พิจารณาแล้วเขียนบันทึกลงบนแผ่นกระดาษโพสต์อิทแล้วติดไว้ตรงจุดที่ท่านอ่านได้เสมอ

สิ่งสำคัญที่อยากจะบอกให้ตระหนักถึงก็คือ ท่านไม่จำเป็นต้องลงมือทำทุกเรื่องที่กำลังทำอยู่เลย ท่านมีทางเลือกเสมออยู่แล้ว บางทีอาจจะมีความที่ตามมาอันใหญ่โตก็ได้ ถ้าหากท่านเลือกที่จะทำหรือไม่ทำ แต่ท่านมีทางเลือกเสมอ และถ้าท่านเลือกที่จะใช้เวลาส่วนใหญ่กับงานสำคัญที่สุด และใช้เวลาน้อยหรือไม่มีเลยกับงานที่ไม่สำคัญ เมื่อนั้นชีวิตส่วนตัวหรือชีวิตการทำงานของท่านก็จะมี การปรับปรุงหากนำความคิดเหล่านี้ไปปรับประยุกต์ใช้ดู

23. อย่าเอาเป็นเอาตายกับเรื่องทุกอย่างจนเกินไป

ข้อนี้ไม่ได้หมายความว่า ท่านไม่ควรทำงานที่ดี ๆ หรือว่า ควรหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ แต่หมายถึงการมีทัศนคติว่า งานบางอย่างที่ผิดพลาดนั้น อาจมาจากปัจจัยภายนอกที่คาดไม่ถึง และอาจอยู่นอกเหนือความคิดในสมองของท่านก็ได้ ดังนั้นจะเป็นการดีหากมีทัศนคติที่ผ่อนคลาย ซึ่งจะช่วยให้บรรยากาศผ่อนคลายทั้งตัวท่าน และผู้คนรอบข้าง

ขอให้ตระหนักว่า ท่านมีทางเลือกกว่าควรจะมีทัศนคติแบบใด เหมือนที่ท่านเลือกจะทำหรือไม่ทำเท่านั้น มันอาจจะใช้เวลาในการปรับเปลี่ยนทดแทนนิสัยเก่า ๆ เพื่อจะได้มีนิสัยใหม่ ทัศนคติใหม่ ๆ ซึ่งเชื่อแน่ว่าท่านทำได้อยู่แล้วหากไม่อยากจมปลักอยู่กับหลุมที่ท่านติดอยู่

24. การตัดสินใจ

พวกเราส่วนมากจำเป็นต้องถูกผลักดันกำแพงเพื่อตัดสินใจอะไรบางอย่าง และเมื่อเราถึงจุดนั้น เราก็ต้องรับมือกับอารมณ์ที่ขัดแย้งที่เกิดขึ้น เมื่อต้องทำเช่นนั้น มันเหมือนกับเรากำลังมาถึงทางแยกของถนนถนนนั้น เมื่อมาถึงตรงนี้ ถนนที่เป็นทางแยกสองแยกข้าง สามแยกข้าง หรือแม้กระทั่งสี่แยก เป็นต้น ไม่แปลกใจเลยว่า การตัดสินใจอาจสร้างปมปวดศีรษะบ้าง เครียดจนลงกระเพาะบ้าง หรือขนานนอนไม่หลับ หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ ต้องตื่นขึ้นมากลางดึก ฯลฯ



นั่น ถึงกับบอกว่า “ใช่แล้ว ฉันอยากได้มันตอนนี้!”

เพราะฉะนั้น ขณะกำลังมองหาสิ่งที่ชอบหรืออยากได้ที่บริสุทธิ์ เป็นความอยากได้แท้ๆ จงต้อนรับเข้ามาสู่ชีวิตของท่านในประสบการณ์ที่เป็นบวก อย่าเพิ่งตั้งกำแพงกั้นเพื่อป้องกันตัวเองจากประสบการณ์ชีวิตเลย กำแพงแบบเดียวกันที่เฝ้าระวังท่านจากความผิดหวังก็อาจจะกั้นแสงอาทิตย์ที่จะเติมเต็มประสบการณ์ดีๆ ให้แก่ท่านได้ด้วยเช่นกัน ดังนั้น ให้ชีวิตได้สัมผัสท่านเกิด การสัมผัสครั้งต่อไปอาจเป็นสัมผัสที่เปลี่ยนชีวิตของท่านก็ได้

26. ตกลงใจ

การตกลงใจ บอกว่า “ฉันให้คำมั่น” คำนี้เป็นคำที่ช่างมีอำนาจ Benjamin Disraeli รัฐบุรุษของสหราชอาณาจักร เคยกล่าวไว้ว่า “ไม่มีสิ่งใดสามารถต้านทานคำมั่นของมนุษย์ได้ เพราะมันเป็นเสาหลักให้ยืนหยัดตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้” กล่าวอีกนัยหนึ่งเมื่อใครบางคนตกลงใจว่า “ตกลงทำ มิเช่นนั้น ขอยอมตาย” เป็นคำมั่นสัญญาว่าไม่มีสิ่งใดมาหยุดยั้ง

นักปีนเขาผู้หนึ่งกล่าวไว้ว่า “ฉันจะเป็นภูเขาสูงนั้น เขายังกล่าวอีกว่ามันสูงเกินไป ไกลเกินไป ชันเกินไป มันมีก้อนหินมากเกินไป มันยากเกินไป แต่มันคือภูเขาของฉัน ฉันจะเป็นมัน และแล้วท่านจะเห็นมีคนโบกมือไหว้ อยู่บนยอดภูเขานั้นเพราะเขาผู้นั้นทำสำเร็จแล้ว เขาจะไม่ยอมลงจากภูเขาตราบใดที่เขายังปีนขึ้นไปไม่ถึงยอดเขา” แล้วใครจะเถียงกับแรงฮึดของเขาได้?

อ่านต่อฉบับหน้า

25. ความอยาก

คนๆ หนึ่งเกิดความอยากได้อย่างไรนอ? เรื่องนี้คงไม่อาจตอบได้อย่างตรงๆ เพราะว่ามันมีหลายทางด้วยกัน แต่เท่าที่ทราบมีสองสิ่งเกี่ยวกับความอยากคือ

ก. มันเกิดมาจากข้างใน ไม่ใช่ข้างนอก

ข. มันอาจจะถูกจุดประเด็นมาจากแรงข้างนอก

สิ่งใด ๆ ล้วนสามารถจุดประเด็นความอยากได้ทั้งนั้น จึงเป็นเรื่องของช่วงจังหวะเวลามากพอ ๆ กับการเตรียมตัว อาทิ อาจเป็นบทเพลงที่สะกิดหัวใจ อาจเป็นโอวาทหรือคำคม อาจเป็นภาพยนตร์ คำสนทนากับเพื่อนฝูง การประจันหน้ากับศัตรู หรือประสบการณ์อันขมขื่น หรือแม้แต่หนังสือหรือบทความก็สามารถสะกิด หรือจุดประเด็นให้เกิดกับกลไกทางจิตภายในจนทำให้คนๆ

