ชาร์จพลังความคิด

แบบ ชรรร วันสุชีพ

เขียนโดย : พิชญานิน , สุภาวรรณ

คำนำผู้เขียน

หนังสือเล่มนี้พวกเราได้รับแรงบันดาลใจ จาก นายชรรร ลันสุชีพ หรือพี่ตาร์ รุ่นพี่ที่พวกเราประทับใจในมุมมองแง่คิดต่าง ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายในการนำเสนอทฤษฎีความคิดที่มีประโยชน์ต่อผู้อ่าน ทฤษฎีดังกล่าวเปรียบได้กับการชาร์จพลังความคิดให้แก่ตนเอง

ไม่จำเป็นต้องเตรียมสายชาร์จแบตเพียงพลิกหน้าหนังสือไปเรื่อย ๆ พลังงานประจุบวกต่าง ๆ จะเริ่มทำงานทันที

เราทั้งสองล้วนเชื่อว่ารูปแบบวิธีการคิดมีส่วนสำคัญต่อการดำเนินชีวิต นั่นจึงเป็นที่มาของหนังสือเล่มนี้ เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือของเราจะต่อยอดพลังความคิดให้แก่ผู้อ่าน

ด้วยรักแบบบวก ๆ

พิชญานิน ไรวินท์สุรดิษ

สุภาวรรณ หลวงไชย

สารบัญ

4	บทนำ
7	อุ่นเครื่องก่อนชาร์จพลัง
13	ทฤษฎีกระจายพลังงานบวก
19	ทฤษฎีบุคคลต้นแบบ
27	ทฤษฎีตุ๊กตาล้มลุก
34	ทฤษฎี M – 150
42	ก่อนดึงสายชาร์จ
43	คำขอบคุณ

“

ชีวิตเปรียบเหมือนแบตของโทรศัพท์ ในแต่ละวันต้องเผชิญความเหนื่อยจากสิ่งต่าง ๆ การได้หยุดพักจึงเป็นเหมือนการชาร์จพลังไปในตัว ซัตดาวน์ตัวเองออกจากความวุ่นวาย ชาร์จแบตให้เต็มเพื่อพร้อมรับมือกับสิ่งที่ต้องเจอในวันถัดไป การชาร์จพลังความคิดจึงเหมือนกับการเติมประจุบวกให้กับชีวิตไปในตัว

”

บทนำ

วันนั้นฟ้าฝนดูท่าจะไม่เป็นใจ มืดครึ้ม ตั้งเค้ามาแต่ไกล เราทั้งคู่ล้วนภาวนาไม่ให้ฝนตกก่อนถึงสถานที่นัดด้วยเพราะร่มก็ไม่ได้เอามา กระเป๋าที่ใส่ของก็ดูเหมือนจะไม่กันน้ำเสียด้วย โชคยังเข้าข้างเหมือนว่าเบื้องบนจะรับฟังเราอยู่บ้าง ทันทีที่ลงจากรถ หยดน้ำปรอย ๆ ก็เริ่มหล่นลงมาจากฟ้า จังหวะการหล่นของหยดน้ำที่เว้นช่วง ทำให้รับรู้ได้ว่าฝนไม่ได้ตกหนัก เรารีบวิ่งเข้าไปยังมิวเซียมสยาม ตรงดิ่งไปร้านกาแฟ โล่งใจไปเปราะหนึ่งที่ไม่สาย หนำซ้ำยังเหลือเวลาอีกเหลือเฟือ

เมื่อใกล้ถึงเวลานัดเสียงเรียกเข้าของโทรศัพท์ก็ดังขึ้น พี่ตาร์โทรมาส่งเสียงกรอกผ่านสายว่าใกล้ถึงแล้ว จังหวะนั้นเหลือบมองภายนอกของร้าน ฝนตกลงมาหนักหน่วงขึ้น หยดน้ำที่เกาะกระจกร้านไหลลงตามแรงโน้มถ่วงอย่างต่อเนื่อง เมื่อแจ้งพี่ตาร์เรียบร้อยว่าอยู่ที่ไหน ก็วางสาย

ไม่นานเกินรอพี่ตาร์ก็มาถึง คงไม่ใช่แค่พวกเราที่ลืมเอาร่มมา แต่พี่ตาร์ก็ไม่ได้เอามาเช่นกัน พี่ตาร์เปียกชุ่มตั้งแต่หัวจรดเท้า เอ่ยทักทายอย่างเป็นกันเองพลางเอามือสางผมที่เปียกให้แห้ง ก่อนจะพากันไปยังห้องประชุมของที่ทำงาน เมื่อถึงห้องเราก็เริ่มต้นถามคำถามที่เตรียมไว้ มือกล้องที่พามาด้วยก็เริ่มทำหน้าที่ถ่ายภาพบรรยากาศ

“ รูปที่ถ่ายนี่เอาไปลงหนังสือด้วยมั้ย” พี่ตาร์ถามขึ้น

“ค่ะ ...” พี่ตาร์เหลือบมองสภาพของตัวเองที่ยังคงเปียกชุ่มพลางหัวเราะเราสัญญากับตัวเองภายในใจ

“ไม่ต้องห่วงนะคะพี่ หนูจะเลือกรูปที่บวกที่สุด”

(หมายถึงถ้าพี่เห็นแล้วพี่น่าจะอยากบวกหนูที่สุด)

(รูปพี่ตาร์ช่วงเริ่มสัมภาษณ์ ที่เสื้อไม่ใช่แค่รอยเงาอย่างเดียวแต่ยังเป็นรอยเปียกจากฝน)

“อุ่นเครื่องก่อนชาร์จพลัง ”

WHO IS CHARUN LUNSUCHEEP ?

ใครคือชรรร ลันสุชีพ ?

นายชรรร ลันสุชีพ หรือพี่ตาร์ รุ่นพี่ที่เราทั้งสองรู้จัก และ ให้คำนิยามว่าเป็น

“บุคคลผู้สร้างแรงบันดาลใจให้แก่คนรอบข้าง”

พี่ตาร์เป็นชาวนนทบุเรียน เกิดและเติบโตที่นนทบุรี มีพี่ชาย 1 คนที่โตมาด้วยกัน คุณแม่เป็นคนจังหวัดปัตตานี คุณพ่อเป็นคนจังหวัดลำปาง ในขณะที่คุณยายของพี่ตาร์เป็นคนจีน คุณตาเป็นคนจังหวัดหาดใหญ่ ที่คาดว่ามีเชื้อสายอินโดนีเซีย ในขณะที่คุณย่าเป็นคนเชียงใหม่ส่วนคุณปู่เป็นคนจังหวัดขอนแก่น อ่านแบบแร็พไปเมื่อครูก็ทำให้รู้สึกได้ถึงความหลากหลายทางถิ่นกำเนิด พี่ตาร์กล่าวอย่างติดตลกว่า เพราะเหตุนี้ **พี่จึงเป็นคนทุกที่**

ปัจจุบันพี่ตาร์กำลังทำงานอยู่ที่มิวเซียมสยาม ฝ่ายประชาสัมพันธ์ มีหน้าที่คอยโปรโมต ดูแลเพจ ติดต่อ ประสานงานกับหน่วยงานภายนอก ขณะเดียวกันพี่ตาร์ก็กำลังเรียนต่อในระดับปริญญาโท คณะวิทยาลัยนวัตกรรมสาขานโยบายและการบริหารดิจิทัล มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จุดเริ่มต้นความเป็นชรรร

คุณพ่อกับคุณแม่เลี้ยงดูพี่ตาร์ด้วยแนวคิดที่ไร้กรอบ ไม่มีการบังคับให้อิสระทางความคิด ขอเพียงทุกอย่างอยู่บนเหตุผลก็ไม่มีปัญหา พี่ตาร์มองว่าการที่พ่อแม่เลี้ยงเช่นนี้มีข้อเสียอยู่อย่างหนึ่งคือ เหมือนไม่มีคนคอยไกด์ว่าเราควรเลือกทางเดินไหน

ภายหลังคุณพ่อกับคุณแม่พี่ตาร์แยกทางกัน โดยพี่ตาร์กับพี่ชายอาศัยอยู่กับคุณแม่ ในช่วงวัยเรียนตนเองเคยถูกบูลลี่ว่าเป็นตุ๊ด จากเพื่อนๆชั้นประถม นั่นจึงเป็นเหตุให้ แบตเตอรี่ที่ใช้ในการสร้างความมั่นใจของพี่ตาร์มีประจุลบมากกว่าประจุบวก ส่งผลให้พี่ตาร์กลายเป็นคนขี้อายไม่กล้าเข้าสังคม

ในช่วงมัธยมที่โรงเรียนเทพศิรินทร์ นนทบุรี เป็นช่วงระยะเวลาสำคัญที่ทำให้พี่ตาร์ได้เรียนรู้และเพิ่มความกล้าให้กับตัวเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งการแข่งขัน

คอมพิวเตอร์ การเป็นประธานนักเรียน โดยมีจุดเริ่มต้นในการเพิ่มความกล้า และ ความสร้างสรรค์ทางความคิดของตัวเองจากการเข้าร่วมค่าย Knowledge Camp ซึ่งเป็นค่ายที่ว่าด้วยการอบรมภาวะความเป็นผู้นำของนักเรียนตัวแทนจากโรงเรียนเทพศิรินทร์ สาขาต่าง ๆ และค่าย DS Network ที่เน้นในเรื่องการอบรมกระบวนการทำข่าว

“เหตุผลที่พี่ชอบไปค่าย ส่วนหนึ่งมาจากการที่พี่ได้ลองทำอะไรในสิ่งที่ในชีวิตประจำวันพี่ทำไม่ได้ มันทำให้พี่ค้นพบอะไรใหม่ ๆ ในความคิดตัวเอง”

หลังจากจบชั้น ม. 6เข้าสู่วัยมหาวิทยาลัย พี่ตาร์เข้าเรียนในคณะมนุษยศาสตร์ สาขาปรัชญาและศาสนา มหาวิทยาลัยบูรพา ภายหลังเมื่อพบว่าคณะที่เลือกไม่ตอบโจทย์ของตนจึงตัดสินใจซิ่ว โดยมีเงื่อนไขจากคุณแม่คือ ต้องซิ่วเข้าในคณะบัญชีเท่านั้น

ด้วยความที่พี่ตาร์ไม่อยากเรียนคณะบัญชี เมื่อแม่ยื่นคำขาดมาให้ แผนการปฏิวัติของพี่ตาร์จึงเกิดขึ้นอย่างลับๆ พี่ตาร์เล่าว่าตอนนั้นพี่ตาร์ได้เลือกอันดับคณะบัญชีในมหาวิทยาลัยที่ใช้คะแนนสูง ๆ 3 อันดับ ซึ่งตนเองมองแล้วว่าไม่น่าติด และเลือกอันดับ

คณะนิเทศศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยสวนสุนันทา ที่ตนอยากเข้าเป็นลำดับสุดท้าย ท้ายที่สุดทุกอย่างจึงออกมาอย่างที่หวัง โดยพี่ตาร์สอบติดที่คณะนิเทศน์ศาสตร์ สวนสุนันทา

ระยะทางในรั้วโรงเรียนจวบจนการทำงานจึงหล่อหลอมให้พี่ตาร์มีรูปแบบความคิดที่มุ่งเน้นการสร้างพลังงานบวก สร้างแรงบันดาลใจ ทั้งแก่ตนเอง และคนรอบข้าง

รูปแบบความคิดดังกล่าวจึงเปรียบได้กับ การชาร์จแบตให้กับชีวิต เป็นการสร้างประจุบวก เติมพลังให้ความคิด โดยแรงที่ถูกสร้างขึ้นมานั้น รวมเรียกว่าแรงบันดาลใจ จาก **ชรรร ลันสุชีพ**

ชาร์จครั้งที่ 1

“ทฤษฎีกระจายพลังงานบวก”

“

การกระจายพลังงานบวกเปรียบได้กับ

การเติมพลังของแรงบันดาลใจให้แก่คนใกล้ตัว

”

(พิชญานิน ไรวินท์สุรดิษ,2019)

“ทฤษฎีกระจายพลังงานบวก”

การแสดงออกทางพฤติกรรมของคนเราส่วนใหญ่มักแปรผันตรงตามสิ่งที่รู้สึก หากมีความสุขสิ่งที่แสดงออกมาคงเป็นการยิ้ม หรือเสียงหัวเราะ หากกำลังโมโหหรือโกรธ สีหน้าของใครคนนั้นคงบึ้งตึง มีรังสีบางอย่างที่แผ่กระจายพลังงานให้คนรอบข้างรู้สึก

อารมณ์และการแสดงออกของเรามีอิทธิพลโดยตรงต่อตนเองและผู้อื่น การแสดงออกและการควบคุมอารมณ์ เมื่ออยู่กับผู้อื่นจึงกลายเป็นทักษะและพื้นฐานวิธีการคิดเบื้องต้นที่ใครหลายคนให้ความสำคัญ หากครั้งหนึ่งเราเคยหัวเราะไปกับเรื่องตลกของเพื่อน มีความสุขกับการอยู่ใกล้คนอารมณ์ดี สิ่งเหล่านี้อาจเป็นคำตอบได้ว่าอารมณ์ของคนเราล้วนมีอิทธิพลกับคนที่อยู่รอบตัว

“พี่เชื่อในเรื่องการปล่อยพลังบวก”

ความเชื่ออย่างหนึ่งของพี่ตาร์ที่ยึดมาตลอด คือการปล่อยพลังบวกให้กับคนรอบข้าง ซึ่งหมายถึงการแสดงออกผ่านการสื่อสารในรูปแบบที่ไม่ทำให้คนอยู่ใกล้ ๆ รู้สึกแย่ หรือรู้สึกในเชิงลบ ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารในรูปแบบใดก็ตาม

“ถ้าเรามีเพื่อนหรือคนใกล้ตัวที่ชอบบ่นทำนองเหนื่อยจัง ไม่มีตังค์ ทำไมงานวันนี้ยาก วันนี้เจอแต่เรื่องไม่ดี เป็นเหมือนคนที่ชอบมองโลกในแง่ลบ ถ้าเราฟังแบบนี้บ่อย ๆ วันนึงเชื่อได้ว่าเราก็คงซึมซับความรู้สึกพวกนี้มาด้วย จากแต่เดิมที่เรามองสถานการณ์แบบนี้ว่าปกติ เราก็อาจจะมองมันในมุมที่แย่”

จากสิ่งที่พี่ตาร์เล่าทำให้นึกถึงประโยคที่บอกว่า **“ หากอยากเป็นคนแบบไหน ให้เอาตัวเองไปใกล้คนแบบนั้น”** ประมาณว่าถ้าอยากเป็นคนขยัน ก็ต้องอยู่ใกล้คนขยันจะได้มีแรงกระตุ้นให้ไม่ขี้เกียจ วิธีการคิดของพี่ตาร์ก็คงคล้าย ๆ กัน เหมือนกับต่อให้เรามองโลกในแง่บวก แต่ถ้าคนรอบข้างส่วนใหญ่มองโลกในแง่ลบ เมื่อต้องอยู่ร่วมกันในทุก ๆ วัน พอถึงวันหนึ่งความคิดของเราอาจเปลี่ยนไป เป็นการเปลี่ยนตามสภาพแวดล้อมโดยอัตโนมัติ

พี่ตาร์เลยยึดวิธีการคิดที่ว่า ตนเองจะเป็นผู้ปล่อยพลังงานบวก ไม่ว่าวันนั้นจะเจอเรื่องแย่ใดใดมาก็ตาม ด้านที่แสดงออกให้คนรับรู้ ตนเลือกแสดงในด้านที่ตรงกันข้าม ต่อให้เศร้าก็ยังสามารถยิ้มได้ เจอเรื่องหนักแค่ไหนก็เล่าเรื่องนั้นให้กลายเป็นเรื่องตลก พี่ตาร์มองว่าอย่างน้อยก็ให้ความเครียดหรือความรู้สึกไม่ดีพวกนั้นเก็บไว้ที่เรา ไม่ต้องแพร่กระจายไปหาคนอื่น

คล้าย ๆ กับ Poker Face คือ การไม่แสดงสีหน้าที่แท้จริงว่าเรารู้สึกอย่างไร เพียงแค่การแสดงออกของพี่ตาร์ เป็นไปเพื่อทำให้คนที่อยู่รอบข้างได้รับพลังงานบวก พี่ตาร์มองว่าการคิดเช่นนี้เป็นการสร้างแรงบันดาลใจให้คนรอบข้างไปในตัว เพราะการคิดจะส่งผลออกมาในรูปแบบการกระทำ อย่างเช่นมุมมองการทำงานซึ่งพี่ตาร์มองว่าคนที่อยู่รอบข้างจะสามารถสัมผัสได้ถึงความตั้งใจ และ ความรู้สึกด้านบวกต่าง ๆ ที่ตนแสดงออก ทำให้ความรู้สึกของคนรอบข้างที่อาจเหนื่อย ท้อ หรือรู้สึกแย่ ได้รับการชาร์จพลังไปในตัว

เก็บทฤษฎีนี้มาคิดอยู่หลายคืนจนในที่สุดก็ได้ลองเอามาใช้

...ในวันที่เพื่อนไม่ถูกหวย ...

จากแต่ก่อนที่เคยบ่นมันว่าซื้อทำไม

เราก็เลือกปลอบใจแบบคิดบวก

“เอาน่าไม่เป็นไร.. งวดหน้ายังมี”

ชาร์จครั้งที่ 2

“ทฤษฎีบุคคลต้นแบบ”

“

พี่ติดเหล้าหนักมาก เคยกินหนักสุดคืออยู่บ้านกิน 12 กระป๋องในคืนเดียว แต่พี่จะแยกแยะ ถ้าวันนึงพี่กับพวกแกไปเที่ยวด้วยกันปาร์ตี้สนุกสนาน ถึงแม้พี่จะชอบกินเหล้ากินเบียร์ขนาดไหน แต่สิ่งที่พี่จะไม่ทำคือการชวนพวกแกกิน

”

(ชรรร ลันสุชีพ,2019)

“ทฤษฎีบุคคลต้นแบบ”

“การเป็นแบบอย่างที่ดีเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้อื่น”

(ชรรร ลันสุชีพ,2019)

เป็นเรื่องปกติที่ทุกคนจะมีไอดอลหรือใครสักคนเป็นแบบอย่างในการใช้ชีวิต เมื่อพูดถึงบุคคลต้นแบบ หลายคนอาจจินตนาการภาพเป็นคนเก่ง คนดี คนที่มีชื่อเสียง หรือคนที่มีบทบาทสำคัญในช่วงชีวิตผ่านมา ซึ่งไม่ว่าจะเป็นใครก็แล้วแต่ รูปแบบความคิด แง่คิด หรือทัศนคติของเขา ล้วนมีอิทธิพลต่อเราผู้ยึดเขาเป็นแรงบันดาลใจ

พี่ตาร์มีมุมมองว่าไม่ว่าใครก็ตามล้วนสามารถเป็นบุคคลตัวอย่างได้ ไม่เว้นแม้กระทั่งตัวเอง ด้วยเหตุนี้ทำให้ไม่ว่าจะทำอะไรเมื่ออยู่ต่อหน้ารุ่นน้อง หรือ คนรอบข้าง

พี่ตาร์จะระมัดระวังการกระทำ เลือกทำในสิ่งที่ดี เพราะพี่ตาร์คิดว่าอย่างน้อย หากมีใครสักคนที่เขานับถือเรา เรียนรู้บางสิ่งบางอย่างจากเรา เขาจะได้แบบอย่างที่ดีกลับไป

ถึงอย่างนั้นไม่ได้หมายความว่าตนเองเป็นคนดีขาวบริสุทธิ์ แต่อย่างใด พี่ตาร์เล่าว่าตนก็เป็นคนธรรมดาคนหนึ่งที่มีทั้งมุมที่ดีและไม่ดีปะปน

แต่ถึงอย่างนั้นเราก็ต้องมีวิธีการ “เลือก” แสดงออก อย่างที่รุ่นพี่สมัยเรียนคนหนึ่งที่พี่ตาร์เคารพหนึ่งเคยบอกกับพี่ตาร์ไว้

“ตาร์คือรุ่นพี่ จะเป็นอะไรเป็นเลย จะเป็นคนดี ชั่ว อะไรก็แล้วแต่ ขออย่างเดียวไอ้สิ่งที่ไม่ดีทั้งหมดอย่ามาทำต่อหน้าน้อง น้องมันเห็น มันจำ มันจะทำตาม”

เพราะอย่างนั้นพี่ตาร์จึงจำคำสอนนี้มาเสมอ พี่ตาร์คอยเตือนสติตัวเองว่าเมื่อเราคือรุ่นพี่ เราก็พ่วงความเป็นต้นแบบมาอย่างขาดกันไม่ได้ เหมือนอย่างที่เราก็มองรุ่นพี่บางคนเป็นต้นแบบ

“พี่ติดเหล้าหนักมาก เคยกินหนักสุดคืออยู่บ้านกิน 12 กระป๋องในคืนเดียว แต่พี่จะแยกแยะ ถ้าวันนึงพี่กับพวกแกไปเที่ยวด้วยกันปาร์ตี้สนุกสนาน ถึงแม้พี่จะชอบกินเหล้ากินเบียร์ขนาดไหน แต่สิ่งที่พี่จะไม่ทำคือการชวนพวกแกกิน”

หน้าที่ของรุ่นพี่จึงบ่มเพาะวิธีการคิดแบบบุคคลต้นแบบตามมา บ่อยครั้งที่การสังสรรค์ มักมีรุ่นน้องเป็นทั้งสายปาร์ตี้ และ ไม่ใช่สายปาร์ตี้ เมื่อคนสองกลุ่มนี้อยู่รวมกัน ไม่ได้แปลว่าทุกคนจะ กินเหล้าเบียร์เหมือนกัน บ่อยครั้งที่ตนคอยเนียนเปลี่ยนแก้วเบียร์เป็นแก้วน้ำเปล่าให้กับรุ่นน้องที่ไม่กล้าปฏิเสธน้ำใจของรุ่นพี่หรือเพื่อนคนอื่นที่ชักชวน การกระทำดังกล่าวก็เป็นตัวอย่างให้รุ่นน้องคนอื่นรู้ว่าถ้ามีเพื่อนที่ไม่กินเหล้าสิ่งที่ควรทำคืออะไร

วิธีการดังกล่าวพี่ตาร์ยังนำมาปรับใช้กับการเลี้ยงหลานสาว พี่ตาร์ออกแบบวิธีการสอนให้เด็กสาวตัวน้อยพูดจาให้เพราะโดยเริ่มจากตนเอง ทุก ๆ ครั้งเวลาพี่ตาร์พูดกับหลานสาวท้ายประโยคจะมี คะ/ ค่ะ อยู่เสมอ เมื่อพูดแบบนี้ไปเรื่อย ๆ เด็กน้อยที่อยู่ในวัย

หัดเลียนแบบก็จะติดวิธีการพูดแบบมีคะ/ค่ะ เมื่อหลานตัวน้อยพูดเพราะอย่างที่ต้องการก็เหมือนเป้าหมายที่ตั้งไว้นั้นสำเร็จ

วิธีการคิดแบบบุคคลต้นแบบแน่นอนว่าเป็นวิธีที่พี่ตาร์ได้รับแรงบันดาลใจจากคนรอบข้าง แรงบันดาลใจในการทำของของพี่ตาร์ได้รับมาจากอดีตหัวหน้า ที่พี่ตาร์เคารพวิธีการทำงานของหัวหน้าคือการทำให้ลูกทีมมีความสุข นั่นคือการกระจายพลังงานบวก พอเล่าแบบนี้เลยทำให้เข้าใจถึงที่มาของทฤษฎีดังกล่าว พี่ตาร์เล่าว่าทุกครั้งที่ทีมประสบปัญหา หรือ กำลังเจอกับสภาวะเครียด สิ่งที่หัวหน้าของพี่ตาร์มักทำประจำคือการยิ้มทำตัวเฮฮา ตบใหล่ลูกทีมพลางพูดว่า

“เรามาทำงานที่เรารักกันเถอะ”

การพูดเช่นนั้นไม่ใช่เชิงประชดประชันแต่เป็นการปลุกพลังให้ลูกทีมตระหนักว่างานที่ทำคืองานที่ตนรัก เป็นงานที่ตนต้องรับผิดชอบ เมื่อได้กำลังใจความรู้สึกแย่ ๆ ก็เหมือนถูกกลบจนมิดด้วยพลังงานบวก เป็นการเติมแรงกายและแรงใจให้ก้าวต่อไป

หรืออย่างวิธีการคิดแบบ Everyday Learning ที่พี่ตาร์ได้มาจาก “พี่กิต” หัวหน้าทีมผู้จัดทำค่าย Knowledge Camp และเป็นรุ่นพี่ที่สนิทอีกท่านหนึ่ง เป็นแรงบันดาลใจของการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการคิดแบบนอกกรอบ กล้าออกจาก Comfort Zone โดยเน้นเรียนรู้จากทุกสิ่งที่อยู่รอบตัว เพราะอย่างนี้จึงทำให้พี่ตาร์มีวิธีการทำงานที่ไม่หยุดอยู่กับที่ พร้อมสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ จากเบื้องหลังแนวคิดของรุ่นพี่คนสำคัญ

“เพราะได้รับแรงบันดาลใจจากคนรอบข้าง พอถึงวันหนึ่งพี่เลยอยากเป็นผู้ให้บ้าง พี่เลยคิดว่าตัวเราก็สามารถสร้างแรงบันดาลใจ เป็นแบบอย่างให้คนอื่นต่อได้”

วิธีคิดเชิงบุคคลต้นแบบเป็นแรงผลักดันสำคัญทำให้พี่ตาร์ อยากเป็นคนที่ดี สามารถเป็นตัวอย่างให้คนรอบข้างได้ เมื่อมีแรงผลักดันรูปแบบความคิดจึงเปลี่ยน แนวคิดในการปฏิบัติตนในแต่ละวันจึงไม่ใช่เพียงสักแต่ว่าทำ แต่เป็นการคำนึงว่าสิ่งที่เราทำถูกต้องหรือไม่

ทฤษฎีการคิดดังกล่าวจึงเปลี่ยนแปลงพี่ตาร์ไปในทางที่ดีจากเดิมที่เคยเป็น

รู้สึกทึ่งกับแนวคิดนี้ ปกติมักจะพบเพียงการนำเอาความประทับใจที่มีต่อแนวคิดรูปแบบการใช้ชีวิตของคนอื่นมาเป็นแรงบันดาลใจให้กับตัวเอง แต่แนวคิดของพี่ตาร์คือการคิดแบบพุ่งออก เริ่มจากการคิดว่าตนเองจะสามารถเป็นแรงบันดาลใจให้ใครได้บ้าง ถัดจากนั้นก็ใช้แรงบันดาลใจดังกล่าวตอกลงไปในส่วนของความคิด ความรู้สึก แสดงออกในรูปแบบของการกระทำ เป็นการเริ่มต้นสร้างคุณค่าโดยเริ่มจากตัวเอง

ฟังพี่ตาร์เล่าก็พยายามคิดย้อนกลับไปในอดีตว่าที่ผ่านมาเราเป็นตัวอย่างที่ดีให้รุ่นน้องได้ไหม ไม่ต้องคิดย้อนไปไกลหลายปี เพราะทันทีที่ความทรงจำล่าสุดของวันก่อนเด้งเข้ามา น้ำตาก็พาลจะไหล ไม่น่าเลย.....

ชาร์จครั้งที่ 3

“ทฤษฎีตุ๊กตาล้มลุก”

“

ช่วงเวลาตอนนั้นมันคือ Bittersweet ความหวานของมันคือการที่รู้แล้วว่า ช่วงเวลาต่อจากนี้เราต้องดูแลแม่ให้ดีที่สุดเพราะแม่ยังอยู่กับเรา ในขณะเดียวกันความขมของมันก็ย้ำว่าวันสุดท้ายของแม่ใกล้เข้ามาแล้ว มันเป็นความรู้สึกที่มีหวังและหมดหวังในเวลาเดียวกัน

”

(ชรรร ลันสุชีพ,2019)

“ทฤษฎีตุ๊กตาล้มลุก”

ข้อดีของตุ๊กตาล้มลุก คือ ทุกครั้งที่ตุ๊กตาล้มมันจะลุกขึ้นมาใหม่ ไม่ว่าเราจะเหวี่ยงมันแรงแค่ไหน ท้ายที่สุดแรงเหวี่ยงที่ต้องการผลักให้มันล้ม จะแปรเป็นแรงดึงให้ตุ๊กตากลับมาตั้งตรงได้อีกครั้ง วนไปอย่างนี้ไม่มีสิ้นสุด

(พิชญานิน ไรวินท์สุรดิษ,2019)

“พี่ก็เป็นอีกหนึ่งคนที่เคยหมดไฟ ไม่ใช่ครั้งเดียว แต่หลายครั้ง”

ภาพจำของคนรอบข้างที่มีต่อพี่ตาร์ คือผู้ชายร่าเริงที่มีไฟในการใช้ชีวิตตลอดเวลา มีแนวคิดที่ทำให้คนรอบข้างมีความสุขเสมอ เพราะฉะนั้นหากใครได้ติดตามชีวิตของพี่ตาร์ผ่านโซเชียลมีเดีย ก็จะได้รับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของพี่ตาร์ซึ่งโพสต์ไว้อยู่เรื่อย ๆ ไม่ว่าใครก็ตามที่อ่าน เชื่อได้ว่ามุมปากของคนคนนั้นคงต้องยกยิ้มอย่างไม่รู้ตัว น้อยครั้งที่จะพบว่า

พี่ตาร์โพสต์ หรือ แชร์ อะไรดราม่า เพราะอย่างนั้นเวลาเห็นพี่ตาร์เมื่อไหร่จะเหมือนเห็นอีโมติคอนหน้ายิ้มแป้นตามมาอยู่ตลอด

ฉะนั้นเมื่อได้ฟังพี่ตาร์เล่าว่า ครั้งหนึ่งพี่ตาร์ก็เคยเผชิญกับสภาวะหมดไฟ จึงทำให้เรารู้สึกแปลกใจ พี่ตาร์เล่าว่ามันเป็นเรื่องปกติ จะเรียกว่าสัจธรรมก็ว่าได้ คนเราต้องมีช่วงที่เหนื่อยกับสิ่งที่ทำ และ ท้อบ้าง แต่นั่นไม่ใช่ประเด็นหลักที่ต้องคำนึง สิ่งสำคัญที่ต้องคิดต่อคือ เราจะก้าวข้ามผ่านมันไปยังไง

ภาวะหมดไฟที่ยิ่งใหญ่สุดของพี่ตาร์เป็นช่วงเวลาในช่วงคุณแม่ที่เคารพรักของพี่ตาร์ได้จากไปอย่างไม่หวนกลับมาด้วยโรคมะเร็ง การสูญเสียคุณแม่ เปรียบเหมือนกับการเสียโลกทั้งใบ

เด็กคนอื่นอาจตั้งเป้าหมายอยากเป็นเจ้าคนนายคน เป็นคนประสบความเร็จในชีวิตร่ำรวย เป็นเจ้าของธุรกิจ แต่สำหรับพี่ตาร์เป้าหมายเดียวที่มีคือการได้ดูแลแม่ ได้อยู่ใกล้แม่ ดังนั้นพี่ตาร์จึงไม่ได้มีความฝันชัดเจนว่าตนต้องทำงานอะไร พี่ตาร์ขอเพียงงานอะไรก็ได้ที่ตื่นมาแล้วทำให้เรามีความรู้สึกว่าอยากตื่นไปทำ

การสูญเสียแม่จึงเป็นการสูญเสียเป้าหมายของชีวิต เหมือนเสาหลักที่ยึดทุกอย่างไว้หายไป เมื่อเป็นเช่นนี้ความรู้สึกที่มีจึงไม่ต่างอะไรกับการความรู้สึกของการสูญสิ้นทุกอย่าง

เหตุการณ์ทั้งหมดไม่ได้เกิดขึ้นอย่างปุบปับ ความโชคดีในความโชคร้ายคือคุณแม่ตรวจพบโรคดังกล่าวก่อน ถึงแม้จะเป็นระยะเวลาสั้น ๆ แต่อย่างน้อยก็ยังพอมี ระยะเวลาเตรียมใจ ตลอดระยะเวลาที่คุณแม่อยู่ที่โรงพยาบาลพี่ตาร์เล่าว่า

“ช่วงเวลาตอนนั้นมันคือ Bittersweet ความหวานของมันคือการที่รู้แล้วว่าช่วงเวลาต่อจากนี้เราต้องดูแลแม่ให้ดีที่สุดเพราะแม่ยังอยู่กับเรา ในขณะเดียวกันความขมของมันก็ย้ำว่าวันสุดท้ายของแม่ใกล้เข้ามาแล้ว มันเป็นความรู้สึกที่มีหวังและหมดหวังในเวลาเดียวกัน”

หลังจากที่คุณแม่เสีย พี่ตาร์จึงเหมือนเคว้งไปช่วงหนึ่ง ชีวิตเหมือนล่องลอย เป็นเรื่องใหญ่ของชีวิตที่ยากจะรับมือ ถึงอย่างนั้นเมื่อถึงเวลาที่สมควรพี่ตาร์ก็ดึงตนเอง

กลับมาให้เผชิญหน้ากับความเป็นจริง แม้จะยังไม่ฟื้นตัวอย่างสมบูรณ์ แต่แรงที่เหลืออยู่น้อยนิดก็ต้องพาตนเองก้าวไปข้างหน้าต่อ

การฝ่าฟันวิกฤติของการหมดไฟ จึงต้องใช้ทั้งความเข้มแข็งและเวลา พี่ตาร์เล่าว่าทุก ๆ ครั้งที่เผชิญความรู้สึกเหล่านี้สิ่งแรกที่พี่ตาร์ทำคือการหยุดพัก เป็นการหาพื้นที่หายใจให้กับตนเอง เมื่อพร้อมแล้วค่อยก้าวต่อ ช่วงเวลาที่ได้พักจึงเป็นการเว้นวรรคความคิดที่หนักให้ห่างออกจากตัวเอง อาจดูเหมือนการหนีปัญหา แต่จริง ๆ คือเราหยุดเพื่อหาวิธีตั้งรับและไปต่อ

“วันนี้ถ้าเหนื่อย พักก่อน เราเลือกได้ บางครั้งเราอาจต้องการช่วงเวลาให้เราได้ชาร์จพลัง ก่อนกลับมาเริ่มใหม่ เพียงแค่อย่าหยุดอยู่ตรงนั้น อย่ายอมแพ้”

การกล้าเจอหน้ากับปัญหาจึงเป็นการตั้งระบบความคิดของตัวเองให้เข้มแข็ง แม้ว่าในความเป็นจริงจะอ่อนแอมากเพียงไร เราก็ต้องพยายามสร้างเกราะกำบังความรู้สึกเหล่านั้นไว้ แต่ถึงอย่างนั้นก็ไม่ได้แปลว่าเราต้องเข้มแข็งตลอดเวลา เพียงแค่อย่างมงายกับ

ความอ่อนแอที่กำลังเผชิญ ภาวะหมดไฟจึงเป็นเรื่องธรรมดา เช่นเดียวกับปัญหาต่าง ๆ ถ้าเรารับมือมันได้อย่างถูกวิธี

ฟังจากพี่ตาร์เล่าทำให้นึกถึงคำพูดของรุ่นพี่ที่รู้จัก รุ่นพี่คนนั้นแนะนำว่า ในแต่ละปีเราควรหาเวลาพักผ่อนให้ตัวเองทุก ๆ 3 เดือน ในตอนนั้นก็ยังไม่เข้าใจว่าทำไมต้องเป็นทุก 3 เดือน แต่เมื่อฟังเรื่องราวภาวะหมดไฟของพี่ตาร์ จึงเริ่มเข้าใจ การหยุดพักทุก ๆ 3 เดือน อาจเหมือนการปิดสวิทช์สมองที่ทำงานหนัก ให้เปิดรับโอโซนของการพักผ่อนอย่างเต็มที่ ระยะเวลา 3 เดือนที่เหนื่อยกับงานจึงลงตัวกับเวลาพักต่อ 1 ครั้ง เป็นระยะเวลาที่กำลังพอดี “หยุด” เพื่อ “ชาร์จ” ตัวเอง ล้มตัวนอนสักพักก่อนจะลุกขึ้นมาลุยงานต่อ **เหมือนตุ๊กตาล้มลุก ที่กลิ้งไปมาแต่ไม่ยอมล้มตัวอย่างถาวร**

ชาร์จครั้งที่ 4

"ทฤษฎี M-150"

“

วันที่เราหยุดเรียนรู้ วันนั้นคือวันที่เราหยุดพัฒนา

”

(ชรรร ลันสุชีพ,2019)

“ทฤษฎี M-150”

วิธีการคิดอีกอย่างหนึ่งของพี่ตาร์คือ การไม่หยุดอยู่กับที่ กระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ตลอดเวลาทั้งในแง่การขวนขวายหาความรู้ และ ในแง่การใช้ชีวิต หากยกตัวอย่างจากบททฤษฎีตุ๊กตาล้มลุกก่อนหน้า ก็เหมือนกับการที่พี่ตาร์เลือกก้าวไปข้างหน้าต่อ ไม่ยอมแพ้ให้กับสิ่งต่าง ๆ ที่รุมเร้า

ในตอนแรกพยายามคิดชื่อทฤษฎีที่จะนิยามความคิดรูปแบบเช่นนี้ของพี่ตาร์ แต่นึกเท่าไหร่ก็นึกไม่ออกด้วยเพราะ ลักษณะของการไม่อยู่นิ่งกับที่ จะมีสิ่งใดเป็นสัญลักษณ์แทนได้ ตัดสินใจโทรหาพี่ชายที่สนิทบอกเจตจำนงของตัวเองพลางรอปลายสาย ชั่วครู่หนึ่งก็ได้ชื่อทฤษฎีสมใจอยาก

“ทฤษฎี M-150 เพราะ ไม่มีลิมิต ชีวิตเกินร้อย”

รูปแบบการคิดของพี่ตาร์ตรงกับชื่อนี้อย่างเหมาะเจาะ ด้วยเพราะนิยามการเรียนรู้ของพี่ตาร์คือการเรียนรู้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

“วันที่เราหยุดเรียนรู้ วันนั้นคือวันที่เราหยุดพัฒนา”

พี่ตาร์กล่าวไว้ก่อนจะเล่าเรื่องราวของตนต่อ

จุดเด่นอย่างหนึ่งของพี่ตาร์จึงเป็นความ Active ที่มีอยู่ตลอดราวกับพลังงานไม่มีวันหมด อย่างล่าสุด เห็นพี่ตาร์โพสต์เฟซบุ๊ก เกี่ยวกับ โฆษณาการแสดงละครเวที ที่กำลังจะมาถึง

ใช่ค่ะ ...พี่ตาร์คือ 1 ในนักแสดงเรื่องนั้น

แม้ว่าปัจจุบันพี่ตาร์จะทำงานอยู่ที่มิวเซียมสยาม ถึงอย่างนั้นพี่ตาร์ก็ยังคงแบ่งเวลาเพื่อร่วมฝึกซ้อมการแสดงละครเวทีได้อย่างลงตัว เช่นเดียวกับการแบ่งเวลาเรียนต่อในระดับปริญญาโทคณะวิทยาลัยนวัตกรรม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

(ภาพโปสเตอร์ละครเวทีที่พี่ตาร์ร่วมเสดง พี่ตาร์สวมเสื้อสีเหลืองอยู่ทางด้านซ้าย)

กระบวนการเรียนรู้ของพี่ตาร์สั่งสมมาจากประสบการณ์ หลาย ๆ อย่างจากการทำงาน ยกตัวอย่างงานปัจจุบันที่มิวเซียมสยาม รับผิดชอบในฝ่ายของการประชาสัมพันธ์ รวมถึงการประสานงานติดต่อเพื่อโปรโมตมิวเซียมสยาม

พี่ตาร์จึงเป็นส่วนหนึ่งของเบื้องหลังนิทรรศการต่าง ๆ ที่ตั้งขึ้น โดยเล่าว่าจุดสำคัญของ มิวเซียมสยาม คือการตั้งคำถามไม่ว่าจะเป็นทั้งฝ่ายของทีมงานหรือผู้เยี่ยมชม การตั้งคำถามมีผลสำคัญมากเพราะ ทิศทางของคำตอบจะแปรตามการตั้งคำถาม

เช่น การตั้งคำถามว่าอาหารไทยมีจุดเริ่มต้นมาจากอะไร จะได้ที่มาของอาหารไทย

แต่ถ้าลองตั้งว่า อาหารไทยที่แท้จริงมีอะไรบ้าง รูปแบบคำตอบที่ได้ก็จะเปลี่ยนไป

นิทรรศการห้องหลักที่จัดขึ้นครั้งแรกใช้เวลาเตรียมงานนานกว่า 8 ปี กระบวนการเรียนรู้ ค้นคว้าทุกอย่าง ล้วนต้องใส่ใจและต้องละเอียด กว่าจะเป็นนิทรรศการแต่ละห้อง ทุกหัวข้อต้องผ่านจากการเป็นงานวิจัยมาก่อน

คุณสมบัติในการทำงานของที่นี่ จึงต้องพร้อมเรียนรู้ และ อัปเดตข้อมูลอยู่สม่ำเสมอ ไม่เพียงเท่านั้นยังมีความท้าทายว่า ผู้เยี่ยมชมนิทรรศการจะเข้าใจความหมายที่ผู้จัดสื่อหรือไม่

หลังจากเล่าประเด็นนี้พี่ตาร์ก็แจ้งข่าวกับเราต่อว่า พี่ตาร์ตัดสินใจจะลาออกจากการทำงานที่นี่ช่วงสิ้นปี และ ได้ทำเรื่องเรียบร้อยแล้ว

พี่ตาร์เล่าว่า พอถึงวันหนึ่งด้วยระยะเวลาของการทำงานมานานหลายปี การทำงานในระยะหลังจึงขาดความท้าทาย กลายเป็นงานที่ซ้ำ ๆ วนไปเรื่อย ๆ รู้สึกว่าตนเองเหมือนขาดแรงบันดาลใจ ขาดความรู้สึกกระตุ้นให้อยากไปทำงาน เมื่อเป็นแบบนี้จึงเริ่มหาทางออก

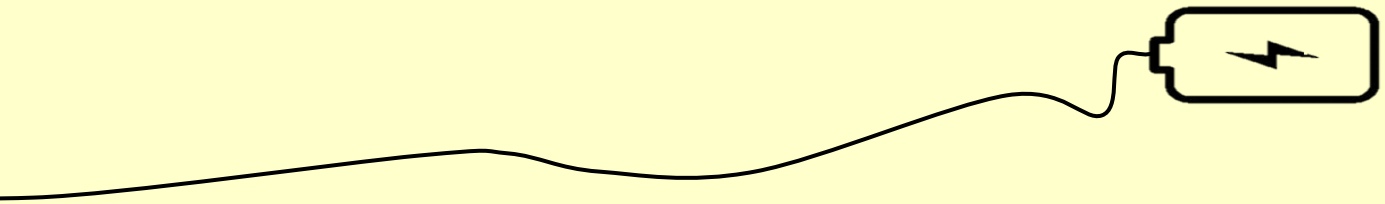
พี่ตาร์มีรูปแบบความคิดที่ว่า การเรียนรู้ที่ดีที่สุดคือการเปิดใจให้กับสิ่งต่าง ๆ ให้โอกาสตนเองอยู่เสมอ ประจวบเหมาะว่าการตัดสินใจลาออกครั้งนี้ พี่ตาร์ตัดสินใจจะไปสอบชิงทุนเพื่อฝึกงานที่สิงคโปร์ต่อในเดือนมกราคมปีหน้า โปรเจกต์ดังกล่าวจึงกลายเป็นความท้าทาย และเป็นอีกจุดเริ่มต้นใหม่ที่กำลังจะเกิดขึ้น

“แรงบันดาลใจในการเรียนรู้ของพี่คือทุกสิ่งทุกอย่างบนโลกใบนี้”

การเรียนรู้อย่างไร้ขอบเขตของพี่ตาร์ เป็นจุดเริ่มต้นต่อแนวคิดและวิธีคิดของทั้ง 3 ทฤษฎีก่อนหน้า ปัจจัยสำคัญของการคิดในแง่บวกจึงต้องเริ่มจากการเปิดใจให้กว้าง พร้อมเรียนรู้ รับฟัง จากคนรอบข้าง และ สิ่งรอบตัว ถัดจากนั้นจึงนำมาปรับประยุกต์ให้เหมาะสม ผสมผสานความเป็นเราลงไป คิดโดยมีจุดหลักคือการพาตัวเองก้าวไปข้างหน้า และ เคารพความรู้สึกคนที่อยู่โดยรอบ

การมีเป้าหมายของการเรียนรู้อย่างไม่มีที่สิ้นสุดจึงถือเป็นต้นทุนของความคิดที่สามารถต่อยอดและได้กำไรอย่างไม่มีจำกัด ตรงตามคอนเซ็ปต์ของทฤษฎีที่ว่าด้วยการเรียนรู้อย่างไม่มีลิมิต

ก่อนดึงสายชาร์จ



ถ้าแบตของความคิดที่ชาร์จมีประสิทธิภาพ

ประสิทธิผลจะแสดงให้เห็นได้อย่างเป็นรูปธรรมผ่านการใช้ชีวิต

คำขอบคุณ

ขอขอบคุณ อาจารย์ ดร.เขมฤทัย บุญวรรณ ผู้ให้คำแนะนำและคำปรึกษาเรื่องการเขียนสารคดีตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงการนำเสนอ

ขอขอบคุณครูถิร ฟูอินช่วย ที่จุดประกายสร้างแรงบันดาลใจในการคัดเลือกหัวข้อในการเขียนสารคดี ชีวประวัติเล่มนี้ ขอบคุณพี่ตาร์ที่สละเวลามาร่วมให้ข้อมูลต่าง ๆ และเป็นกำลังใจให้ตั้งแต่วันแรกจวบจนวันที่สารดีเสร็จสมบูรณ์

ขอขอบคุณมิ้ง ปิ๊ก นิว ทีมงาน Blackpink สาขาพญาไท ที่ช่วยเหลือด้านการถ่ายภาพและให้ความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ

ท้ายที่สุดขอขอบคุณผู้จัดทำทั้ง 2 ที่มุ่งมั่นตั้งใจจนสามารถทำให้งานเขียนสารคดีเล่มนี้ออกมาเป็นอย่างที่หวัง