

การคิดบวกที่ตื้นเขิน เราไม่อาจใช้วิธีคิดบวกได้ในทุกสถานการณ์ เพราะในแต่ละสถานการณ์ย่อมต้องการวิธีคิดที่สอดคล้องกับเหตุการณ์ในขณะนั้นๆ เป็นสำคัญ ในหนังสือชื่อ “คิดบวกแบบป๊อปป๊อป” มีวิธีคิดบวกที่น่าสนใจอยู่หลายกรณี ลองอ่านดูดีๆ ก็จะพบว่า แม้จะเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับคนอื่น แต่ก็มีส่วนแบ่งบางมุม ที่สามารถนำมาปรับใช้กับตัวเราได้อย่างดี

ว.วชิรเมธี

บนโลกใบนี้

มีชีวิตของผู้คนมากมายที่เป็นเรื่องราวดีๆ ให้คุณได้ค้นหา

และ ป๊อป จำเริญ ก็ได้รวบรวมแง่คิดดีๆ ที่ได้จากการเล่นดูชีวิตผู้อื่น

ไม่ว่าจะเป็นชีวิตแห่งเสียงเพลงของ เบิร์ด ธงไชย

ชีวิตที่สู้จนประสบความสำเร็จของ ต๊อบ เล็กแก๋น้อย

หรือชีวิตที่รักการอ่านอย่าง ลี คุณ ฮี ประธานบริษัท ชัมซุง

เขาได้นำชีวิตของคนเหล่านั้นมาดัดแปลงเป็นเรื่องราวอันน่าประทับใจ

และนำมาสร้างแรงบันดาลใจให้กับชีวิตตนเองและทุกชีวิตบนโลกใบนี้

เพราะชีวิต...ต้องคิดบวก



สำนักพิมพ์สยามอินเตอร์บุ๊คส์

ในเครือบริษัท สยามอินเตอร์มัลติมีเดีย จำกัด (มหาชน)
459 ซาดพร้าว 48 แขวงสามเสนนอก เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310
ลูกค้าสัมพันธ์ โทร. 0-2693-0904

B2011 / ปกิณกะ : www.smm.co.th
ออกแบบปก : Pa-Re Prae

ISBN 978-616-254-664-8



9 786162 546648

03-04-00882-100



0 304008 821002

ราคา 145 บาท

SIAM INTER
Multimedia
B2011

คิด+แบบป๊อปป๊อป

by
ป๊อป จำเริญ รัตนตั้งตระกูล

ถอดรหัสความคิด
ของพิธีกรข่าวมาแรงแห่ง

‘ใช้นี้ที่หมอฮิต’

ห้อง 7 สี

คำนิยมโดย
ว.วชิรเมธี
ส่ายสวรรค์ ขยันยิ่ง

**เพราะ
ทุกชีวิต
มีแง่คิดดีๆ**

คิด+แบบ

ป๊อป
ป๊อป

by
ป๊อป

จำเริญ รัตนตั้งตระกูล



คิด
แบบ
ป๊อปป๊อปป๊อ

การอ่าน
คือการบ่มเพาะ
เมล็ดพันธุ์แห่ง
ปัญญา

ท่องไปในโลกหนังสือออนไลน์ของพวกเราชาว

SIAM INTER
Multimedia

ได้ที่...

website

www.smm.co.th

facebook

www.facebook.com/siaminterbooks

ข้อมูลทางบรรณานุกรม
ป๊อป - จำเริญ รัตนตั้งตระกูล.
คิดบวกแบบป๊อปป๊อป. -- กรุงเทพฯ : สยามอินเตอร์บุ๊คส์, 2556.

184 หน้า.

1. ปกปกะ. I. ชื่อเรื่อง.

ISBN : 978-616-254-664-8

ชื่อหนังสือ : คิดบวกแบบป๊อปป๊อป
ผู้เขียน : ป๊อป - จำเริญ รัตนตั้งตระกูล
พิมพ์ครั้งที่หนึ่ง : กุมภาพันธ์ 2556
จำนวน : 184 หน้า
ราคา : 145 บาท

ลิขสิทธิ์เป็นของ สำนักพิมพ์สยามอินเตอร์บุ๊คส์ ภายใต้การดูแลของ บริษัท สยามอินเตอร์มัลติมีเดีย จำกัด (มหาชน)
อย่างถูกต้องตามกฎหมาย ห้ามลอกเลียนแบบส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้
รวมทั้งการจัดเก็บ ถ่ายทอด ไม่ว่ารูปแบบ หรือวิธีการใด ๆ ในกระบวนการอิเล็กทรอนิกส์
การบันทึก การถ่ายภาพ หรือวิธีการใดโดยไม่ได้รับอนุญาต
ยกเว้นเพื่อการประชาสัมพันธ์หนังสือเท่านั้น

ผู้จัดพิมพ์
คณะที่ปรึกษา

ผู้อำนวยการสายกองบรรณาธิการพ็อกเก็ตบุ๊ก
บรรณาธิการบริหาร
บรรณาธิการสำนักพิมพ์
ผู้ช่วยบรรณาธิการ
เลขานุการกองบรรณาธิการ
ผู้จัดการฝ่ายเตรียมผลิต
หัวหน้าแผนกศิลปกรรม กองงานปกและสื่อสิ่งพิมพ์
หัวหน้าแผนกศิลปกรรม กองงานศิลปกรรมออกแบบรูปเล่ม
กองงานศิลปกรรม

ออกแบบปก
ถ่ายภาพ
จัดรูปเล่ม
หัวหน้ากองงานพิสูจน์อักษร
รองหัวหน้ากองงานพิสูจน์อักษร
พิสูจน์อักษร
ผู้อำนวยการใหญ่สายงานธุรกิจสิ่งพิมพ์
ผู้อำนวยการฝ่ายประชาสัมพันธ์
ผู้อำนวยการฝ่ายต่างประเทศ
ผู้อำนวยการใหญ่สายการผลิตและพัฒนาสินค้า
ฝ่ายการผลิต
แยกสี
พิมพ์ที่
จัดจำหน่ายทั่วประเทศ

สำนักพิมพ์สยามอินเตอร์บุ๊คส์
ระวี ไชทอง, สมชาย กรสวนสมบัติ, สฤณีกร งามสมบูรณ์, วิฑูร นิรันดร์ฉาย,
อัษฎา ลิขิตสินธุ์, วิรัตน์ ทิมพุดสกล, ปราณี ไชยคำ, นวพล สิทธิธนาภิธาน,
ภูษณาภรณ์ เกษมธิดากรณ
เอกราพี สุกุลพิพัฒน์
สิทธิเดช แสนสมบูรณ์สุข
ศิววรรณ บุญประเสริฐ
ธนัช ทวีวร
ปริญญญา ชูศักดิ์
อรุณพร พานบุตร
นพกานต์ วงษ์คล้าย
เบญจภัทร บุญบงกชรัตน์
ประพัทธ์ รัตนอาวี, ภคิน พันธ์อำพล, ชนมนิศา จุลจินดา,
ฐาปนา นี, ศวันนีวี, จรัสพรคน มากรอด
Pa-Ree Pree
อิตทิพงษ์ จันทร์ทวีกุล
Pa-Ree Pree
สุชาดา บุญเสริมเจริญสุข
พรทิพย์ พงษ์จำปา
กุลธิดา สุธีวร
ดวงดา เทียมทิด
นิชนันท์ วิบูลย์ศิริวงศ์
กิตติวัฒน์ นิรันดร์ฉาย
ชูชัย ศิระจินดา
ปริญญ์ มัชฌาประเทศ, ยุวศรี ทรัพย์ใน
S.S.Film Process
บริษัท ศิลปะการพิมพ์ จำกัด
บริษัท สยามอินเตอร์มัลติมีเดีย จำกัด (มหาชน) 459 ซ.ลาดพร้าว 48 แขวงสามเสนนอก
เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310
โทร: 0-2694-3031-33 ต่อ 1601-1607, 0-2276-5035-39
ลูกค้าสัมพันธ์ : โทร: 0-2693-0904

คำนิยาม

ความคิดเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในชีวิตของคนเรา เพราะเราคิดอย่างไร เราก็จะได้คุณภาพชีวิตอย่างนั้น

พระพุทธองค์เคยตรัสถึงความสำคัญของความคิดว่า

“จิตเตน นียติ โลโก” (โลกหมุนไปตามความคิด)

ในโลกนี้มีวิธีคิดอยู่มากมายหลายแบบ ในทางพุทธธรรม นักปราชญ์ประมวลวิธีคิดมานำเสนอซึ่งมีไม่น้อยกว่า 10 แบบ

การคิดบวก เป็นรูปแบบหนึ่งของวิธีคิดที่น่าสนใจ

ขั้นตอนของการคิดบวกมี 3 ขั้นตอน

หนึ่ง คือ การยอมรับความจริงอย่างตรงไปตรงมา

สอง คือ พยายามมองหาทางออกที่ดีที่สุด

สาม เมื่อหาทางออกอย่างสุดความสามารถแล้ว ก็ไม่อาจแก้ไขอะไรได้ (เช่น เนลสัน แมนเดลา ถูกขังลี้ม 27 ปีเต็ม ในเมื่อมองไม่เห็นทางออกอย่างอื่นที่ดีไปกว่าการอยู่ในคุกอีกแล้ว ท่านจึงเริ่มเรียนภาษาและศึกษานิสัยใจคอของคนขาว กลั่นกรองความคิดจนตกผลึกเพื่อเขียนหนังสืออัตชีวประวัติ เป็นต้น) ให้ย้อนกลับมาแก้ไขภายในตัวเราเอง นั่นคือแก้ไขวิธีที่เรามองปัญหานั้นๆ ให้เป็นมุมบวก หรือมุมสร้างสรรค์นี่เอง สิ่งที่เราร้ายก็กลายเป็นดีได้ อย่างน้อยที่สุด ก็ได้เห็นประโยชน์ของสิ่งที่เราร้าย หรือสิ่งร้ายอาจจะกลายเป็นดีได้

องค์ดาไล ลามะ ทรงเป็นตัวอย่างของคนที่มีมองโลกในแง่บวก ทรงมองเห็นข้อดีของการลี้ภัยออกมาจากทิเบต พระองค์ทรงกลายเป็นพลเมืองของโลกไปโดยอัตโนมัติ มีโอกาสได้ทำงานเพื่อมนุษยชาติมากมาย หรือการ

ที่ทรงมองว่า “ในการฝึกความอดทนนั้น ศัตรูของเราเป็นสิ่งจำเป็น”
(ยิ่งศัตรูกล้าแข็ง ยิ่งฝึกให้เราต้องอดทนให้มาก)

ไอน์สไตน์ก็มองว่า “คนที่ริษยาเรา นั้น หากมองให้ดี ๆ ความริษยาก็คือรูปแบบหนึ่งของการยกย่องนั่นเอง” (มีแต่คนที่ “เจ๋ง” จริง ๆ เท่านั้นจึงจะถูกริษยา)

สตีฟ จ๊อบส์ ก็เป็นคนที่ใช้ประโยชน์จากการมองโลกในแง่บวกจนประสบความสำเร็จ เหมือนที่เขาเคยให้สัมภาษณ์ว่า ช่วงชีวิตที่สร้างสรรค์ที่สุดก็คือ ช่วงเวลาที่ถูกล้อออกจากแอปเปิ้ล ซึ่งเป็นบริษัทที่เขาสร้างมาเองกับมือ เขาให้เหตุผลว่า เพราะเขาหลุดออกมาจากการแบกความสำเร็จกลายมาเป็น “ไอ้มือใหม่” ที่สามารถเริ่มต้นใหม่ได้อย่างแท้จริงอย่างที่เขาต้องการ

ในทางพระพุทธศาสนา ที่สอนให้มองโลกในแง่ดี เช่น สอนให้พระป่วยบำเพ็ญจิตภาวนา แม้จะยังป่วยอยู่ ก็ยังมี “โอกาส” อยู่เสมอ ยิ่งป่วยหนัก ยิ่งต้องรีบบำเพ็ญภาวนา เพราะความตายอาจมาถึงเมื่อใดก็ได้ทั้งนั้น (ในทางพุทธศาสนากลับเห็นว่า ยิ่งใกล้วิกฤต ยิ่งมีสิทธิ์ถึงธรรม)

การคิดบวกที่ดีนั้น ต้องคิดอย่างมีสติ และคิดอย่างลึกซึ้ง เราสามารถคิดบวกได้ทุกสถานการณ์ การคิดบวกเป็นเรื่องที่ต้องใช้วิจารณญาณด้วยตนเอง ในหนังสือชื่อ “คิดบวกแบบป๊อปป๊อป” มีตัวอย่างของวิธีคิดบวกที่นำเสนออยู่หลายกรณี ลองอ่านดูดีๆ ก็จะพบว่า แม้ตัวอย่างจะเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นกับผู้อื่น แต่ก็มีบางแง่มุมที่สามารถนำมาปรับใช้กับตัวเราได้เป็นอย่างดี

ว.วชิรเมธี

7 มกราคม 2556

คำนิยาม

ความคิดคือพิมพ์เขียวชีวิตของคน และยังกำหนดผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ได้ ความคิดเป็นตัวกำหนดคำพูด และการกระทำ บ่งบอกถึงบุคลิกภาพของแต่ละคนอย่างชัดเจน มีความเป็นปัจเจก มีเอกลักษณ์ ตัวตน และส่งผลไปถึงความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิต คนโบราณจึงพร่ำสอนลูกหลานตามแนวทางของพระพุทธองค์มาโดยตลอดให้ "คิดดี พูดดี ทำดี" เพราะ 3 สิ่งนี้จะหล่อหลอมให้เป็นคนดี

ดิฉันเชื่อว่าความคิดนั้นสร้างได้ออกแบบได้ค่ะ โดยหากเป้าหมายสูงสุดในชีวิตคนเราคือการมีชีวิตที่สมบูรณ์พูนสุข สามารถดำรงตนอยู่ท่ามกลางสภาวะแวดล้อมต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาได้เป็นอย่างดีนั้น ต้องสร้างทัศนคติหรือความคิดที่เป็นบวกเท่านั้น

คนคิดบวก ไม่กลัวความเปลี่ยนแปลง และกล้าเปลี่ยนแปลงตัวเองเพื่อเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ โดยพร้อมยอมรับผลที่เกิดขึ้น และพึงพอใจกับประสบการณ์การเรียนรู้ จากนั้นก็เดินหน้าต่อไปด้วยความเข้มแข็ง แต่ที่นำแปลกใจก็คือ หากคิดบวกในสิ่งที่ทำ ส่วนใหญ่ผลลั้มักออกมาเป็นบวก เพราะคนคิดบวกจะมองหาโอกาสเชื่อมโยงจากสิ่งหนึ่งไปอีกสิ่งหนึ่งได้เสมอ ส่วนคนคิดลบจะตรงข้ามกับคนคิดบวกอย่างสิ้นเชิง

คนคิดบวก มักเป็นผู้ให้ เพราะมองเห็นภาพใหญ่ในจักรวาลนี้ว่า ทุกสรรพสิ่งล้วนเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน ดอกไม้ดอกเล็กๆ เมื่อถูกแดด มันสามารถส่งผลกระทบอย่างเงียบๆ ไปถึงดวงดาวบนท้องฟ้า ดังนั้นคนคิดบวก จึงรักทุกสรรพสิ่งที่แวดล้อมรอบตัว โดยเฉพาะเพื่อนมนุษย์ หากพบเห็นผู้ที่ย่อนแอกว่าหรือด้อยโอกาสกว่า คนคิดบวกนั้นจะไม่รีรอเลยที่จะ

แสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปัน เพราะคนคิดบวกมักคิดเสมอว่า “ยิ่งให้ ยิ่งได้” และเมื่อสังคมดี ทุกชีวิตในสังคมก็จะดีไปด้วยกัน

คนคิดลบ มักเป็นผู้รับ หรือร้ายยิ่งกว่านั้น คือเป็นผู้กอบโกย คนคิดลบไม่ชอบเห็นผู้อื่นได้ดีมีความสุข ขณะเดียวกันก็ไม่แยแสต่อผู้ที่อ่อนแอ หรือผู้ที่ด้อยโอกาสกว่า

คนคิดบวก มักยิ้มง่าย ใจดี มีเพื่อนฝูงมากมาย เนื่องจากความจริงใจและอบอุ่น

คนคิดลบ มักเย็นชาหรือหน้าตาบูดบึ้ง ไม่มีความจริงใจ จ้องจะหาแต่ประโยชน์ส่วนตน

คนคิดบวก ส่วนใหญ่มักมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง แม้แต่ผู้ป่วยที่เป็นคนคิดบวก ก็ยังสามารถอยู่ร่วมกับความเจ็บป่วยได้และเข้มแข็ง บางกรณีถึงขั้นเอาชนะโรคร้ายไข้เจ็บได้ราวปาฏิหาริย์

คนคิดลบ ส่วนใหญ่มักมีสุขภาพอ่อนแอทั้งสุขภาพจิตและสุขภาพกาย

ข้อเปรียบเทียบทั้งหลายเหล่านี้ เป็นเรื่องที่เราทุกคนทราบกันดี แต่บางครั้งเราก็ละเลยออกแบบชีวิตตัวเองว่าจะเป็นคนคิดบวก หรือคนคิดลบ อย่างมัวหาข้ออ้างกันเลยว่าเป็นเพราะใคร หรือเพราะสิ่งแวดล้อมแบบไหน เพราะเราต้องรับผิดชอบชีวิตตัวเองค่ะ อย่าปล่อยให้ใครหรืออะไรมาฉีกล้มเหลวเหวี่ยงเรา ฉะนั้นจงเลือกที่จะอยู่ใกล้คนคิดบวก เลือกสถานที่และสิ่งแวดล้อมที่เป็นบวก เติมเต็มชีวิตด้วยปัจจัยสี่ และกิจกรรมที่เป็นบวก และหากจะเลือกอ่านหนังสือสักเล่ม ก็ต้องมีเนื้อหาที่ส่งเสริมทัศนคติที่เป็นบวก อย่าง “คิดบวกแบบป๊อปป๊อป” ที่คุณถืออยู่ในมือนี้แหละค่ะ มาถูกทางแล้ว

ด้วยความนับถือ เป็นกำลังใจให้ช่วยกันสร้างพลังบวกค่ะ

สายสวรรค์ ขยันยิ่ง (หนังสือ)

คำนำสำนักพิมพ์

คุณคิดว่า คนเราประสบความสำเร็จในชีวิตได้ เพราะอะไรกันครับ?

การประสบความสำเร็จในชีวิตไม่ว่าจะเป็นด้านไหนก็ตาม ก็ต้องอาศัยปัจจัยหลายๆ อย่าง เช่น ความขยัน อดทน พากเพียร ใฝ่หาความรู้ นิสัยใจคอที่เข้ากับคนง่าย วางตัวอย่างเหมาะสมแล้ว ผมว่ายังมีอีกสิ่งหนึ่งที่สำคัญนั่นก็คือ การคิดบวกครับ

การคิดบวก หรือ Positive Thinking นั้น เป็นพื้นฐานสำคัญในการใช้ชีวิตอยู่ในปัจจุบันนี้เลยก็ว่าได้ เพราะคนคิดบวก คือคนที่มองโลกในแง่ดี มีกำลังใจในการใช้ชีวิต ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ไม่ย่อท้อ ไม่ยอมแพ้ แต่จะเปลี่ยนเรื่องเลวร้ายที่ประสบพบเจอเหล่านั้น มาเป็นแรงผลักดันให้ก่อเกิดเรื่องดีๆ ขึ้นกับตนเองให้มากที่สุด

บางคนคิดว่าการคิดบวกนั้นยาก เพราะสังคมนี้มีแต่เรื่องเลวร้าย

แต่สำหรับผม ผมว่าไม่ยากครับ

เราสามารถหาแรงบันดาลใจในการคิดบวกได้จากชีวิตผู้อื่น เพราะชีวิตผู้อื่นก็เปรียบเสมือนตำราเรียนชีวิต ที่มีหลายเรื่องราวให้ได้เรียนรู้และนำมาปรับใช้กับตัวคุณเองได้

เหมือนกับผู้ชายคนนี้ครับ...

ปิ๊ป จำเริญ รัตนตั้งตระกูล ผู้ชายคิดบวกที่ได้ตกผลึกเรื่องราวของผู้คนมาสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตของตนเอง และยังใจดี แบ่งปันความรู้สึกดีๆ เหล่านั้นให้กับคุณผู้อ่านทุกท่านด้วย

มาร่วมคิดบวกไปกับปิ๊ปใน "คิดบวกแบบปิ๊ปปิ๊ป" กันเถอะครับ

จากใจผู้เขียน

มีหลายทฤษฎีในโลกทุกวันนี้ ที่พูดถึงเรื่องของ “ความคิด” และมีคนจำนวนไม่น้อยที่หันมาใส่ใจกระบวนการพัฒนาความคิด เพราะ “ความคิด” ถือเป็นจุดเริ่มต้นของทุกสิ่งบนโลกใบนี้ ทำให้สิ่งมีชีวิตชนิดอื่นที่อยู่ในโลกใบเดียวกัน มีศักยภาพในการสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ ได้ไม่เท่ากับมนุษย์

แต่มนุษย์ก็มีความคิดไม่เท่ากัน จึงทำให้มนุษย์ที่มีอวัยวะครบ 32 เหมือนกันทั้งโลก แต่กลับมีคนรวย คนยิ่งใหญ่ และประสบความสำเร็จสูงสุด ไม่ถึง 20 % จากจำนวนประชากรโลกทั้งหมด แต่ในจำนวน 20 % กลับเป็นผู้มีอิทธิพลทางความคิด และเป็นบุคคลสำคัญที่สามารถเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตให้กับคนส่วนใหญ่ ที่ต่างสนใจว่า ทำอย่างไรจึงรวย และประสบความสำเร็จในชีวิต

โชคดีที่ธรรมชาติไม่ได้โหดร้ายกับมนุษย์มากนัก เพราะแม้เราจะไม่รวย แต่เราก็มี “ความสุข” ได้เหมือนกัน จากการจัดอันดับประเทศที่ประชากรมีความสุขมากที่สุดในโลก ในปี 2555 คือประเทศปานามาและปารากวัย ขณะที่ไทยรั้งอันดับที่ 3 ร่วมกับตรินิแดดและโตเบโก จากทั้งหมด 148 ประเทศทั่วโลก

และที่น่าสนใจ คือ ประเทศสิงคโปร์ กลับมีความสุขน้อยที่สุด ทั้งที่ร่ำรวย และมีเศรษฐกิจดี แต่เพราะใช้ชีวิตส่วนใหญ่ไปกับการทำงาน และเคร่งเครียดกับภาวะ “ชิงดีชิงเด่น” กันตลอดเวลา จึงปราศจากความสุข

ผิดกับคนไทยที่สามารถคุยกับใครต่อใครได้ว่า “ถึงฉันจะไม่รวยเท่าเขา แต่เราก็มีความสุขได้ทุกวัน” ซึ่งถือเป็นการ “คิดบวก” ที่ดีมาก... แต่ผมอยากเห็นคนไทย “ร่ำรวย สำเร็จ และมีความสุข” ได้ไปพร้อมๆ กัน

โดยส่วนตัว ผมชอบคำว่า “คิดบวก” มากครับ เพราะฟังแล้วมันรู้สึกดีได้ทันทีกับทุกสิ่งที่มีมันเพิ่มขึ้น และการเริ่มต้นจากความรู้สึกในสมอง ไม่มีการลงทุนเลย ดังนั้นสิ่งที่ตามมาจึงมีแต่คำว่า “กำไรชีวิต” ล้วนๆ

ยิ่งหากเราฝึกคิดบวกจนเป็นนิสัย กลายเป็น “คิดบวกบวก” หรือ คิดบวกยกกำลังสอง มันยิ่งเท่ากับเป็นการ “ทวีคูณทางความคิด” และจะสามารถนำไปใช้เป็นต้นทุนของ “แรงเสริมทางบวก” เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายความสำเร็จ และใช้เป็น “แรงสร้างกำลังใจ” ในยามท้อถอย

“คิดบวกแบบป๊อป/ป๊อป” เป็นผลงานเขียนเล่มแรกในชีวิตที่ไม่ใช่ “หนังสือสอนให้รวย” แต่เป็นการรวบรวมชีวิตในบางแง่มุมของบุคคลที่เป็นต้นแบบที่เคยสร้างพลังและกำลังใจให้กับผมมาแล้ว โดยเฉพาะเวลาที่ต้องเจอกับปัญหาหนักๆ แต่ก็ยังยิ้มสู้ให้กับมันได้ ก็เพราะได้อ่านเรื่องราวของบุคคลต้นแบบเหล่านี้

และหากมีใครสักคนที่เริ่มท้อแท้หมดกำลังใจ และบังเอิญหยิบหนังสือเล่มนี้มาอ่าน จนมีแรงฮึด ลุกขึ้นสู้ได้ใหม่ ผมถือว่าได้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้แล้วครับ

ขอบคุณทีมงานบริษัท สยามอินเตอร์มัลติมีเดีย จำกัด (มหาชน) ทุกๆ คนที่ใส่ใจในทุกขั้นตอน และให้โอกาสให้ผมได้มาชิมलगในวงการนักเขียน และให้ผมเป็นแบบอย่างสวยๆ ลงหนังสือของตัวเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ยังไม่เคยทำมาก่อนเช่นกัน และคงจะก้าวต่อไปข้างหน้าไม่ได้ หากไม่ได้รับการสนับสนุนจากท่านผู้อ่านที่น่ารักทุกท่าน ที่ยอมแบ่งรายได้ส่วนตัวมาสนับสนุนงานเขียนเล่มนี้ของผมครับ

จำเริญ รัตนตั้งตระกูล

มกราคม 2556

สารบัญ

1. Happy Bird's Day	12
2. กล้าผี	23
3. ต่อลมหายใจ	34
4. ตาอุดาว	47
5. ตายแต่ไม่ตาย	62
6. เก้าแก่เคเอฟซี	84
7. ท้อแต่ไม่แพ้	97
8. บังเอิญโชคดี	118
9. ฟังด้วยใจ	136
10. ระวัง Taxi	149
11. รักคนอ่าน	160
12. ล้มแล้วลุก	174

1

Happy Bird's Day



Happy Birthday to you...

Happy Birthday to you...

Happy Birthday

Happy Birthday...

Happy Birthday to you...

เนื้อร้องแบบนี้แหละครับ ที่คนทั่วโลกร้องตามกันได้มากที่สุดและร้องกันบ่อยที่สุด แม้จะผิดเพี้ยนสำเนียงตามแต่ละชาติพันธุ์ แต่นั่นก็ไม่สำคัญเท่ากับความรู้สึกอบอุ่นที่ใส่เข้าไปในเพลง ที่ร้องเพื่อมอบให้ใครสักคนหนึ่งในวันสำคัญที่หนึ่งปีมีแค่วันเดียว

เพลง “Happy Birthday” นั้น หนังสือกินเนสบุ๊กออฟเวิลด์เรคคอร์ดได้บันทึกไว้ว่า เป็นเพลงภาษาอังกฤษที่มีการร้องบ่อยที่สุดในโลก หากย้อนไปดูตามประวัติ จะพบว่าเพลงนี้เริ่มต้นจากความคิดของสองพี่น้องคู่หนึ่งซึ่งอาศัยอยู่ในรัฐเคนตักกี ประเทศสหรัฐอเมริกา ที่ชื่อว่าคุนแพตตี ฮิลล์ และคุนมิลเดรีด ฮิลล์ ในช่วงปี พ.ศ. 2436 โดยระยะแรกทั้งคู่ไม่ได้ตั้งใจจะให้เพลงนี้เป็นเพลงอวยพรวันเกิดครับ แต่เพราะทั้งคู่เป็นครูอยู่ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง และอยากหาเพลงเพราะๆ มาทักทายนักเรียนในตอนเช้า คุนมิลเดรีดคนพี่ จึงได้แต่งทำนองและให้คนน้องคือคุนแพตตีลองใส่เนื้อเพลงลงไปอย่างง่ายๆ จนกลายเป็นเพลง “Good Morning to All” (อรุณสวัสดิ์ทุกคน) แบบนี้ครับ

Good morning to you

Good morning to you

Good morning, dear children

Good morning to all



กระทั่งเพลงนี้เริ่มถูกพิมพ์เผยแพร่ลงในหนังสือเพลงของโรงเรียน ทำให้กลายเป็นที่รู้จักและเริ่มได้รับความนิยมในหมู่คุณครูด้วยกัน เด็กๆ ก็เอาไปร้องให้พ่อให้แม่ฟัง เพราะทำนองติดหูจำง่าย จากนั้นเริ่มมีคนหัวใสนำเอาเนื้อเพลงอื่นไปใส่แทน (ซึ่งตามข้อมูลหลักฐาน ไม่ได้บอกว่าใครคือคนแรก) จนกลายเป็น Happy Birthday ที่ถูกใช้กันไปทั่วโลก ภายใต้ทำนองเดียวกัน และถือเป็นเรื่องมหัศจรรย์ที่คนไทยหลายคนแม้จะอ่านภาษาอังกฤษไม่ออกสักตัว แต่กลับร้องเพลงนี้ได้อย่างแนบเนียนจนกลายเป็นธรรมเนียมที่ทุกบ้านต้องร้องเพื่อสร้างบรรยากาศความอบอุ่นร่วมกันในวันเกิด



ผมตั้งใจยกเพลงนี้ขึ้นมา เพราะอยากจะบอกว่า เพลงนี้เป็นเพลงที่ร้องเพื่อกระชับความสัมพันธ์ของคนในครอบครัว ในช่วงเวลาสั้นๆ โดยเฉพาะเด็กๆ ที่ตั้งใจจะรอคอยวันเวลาสำคัญเช่นนี้ และต้องรอให้เพลงจบเพื่อที่จะได้เป่าเทียนวันเกิดและกินเค้กด้วยกัน ซึ่งมีหลายบ้านที่ไม่เคยร้องจบแค่รอบเดียว กว่าจะได้ห่ม้าเค้ก ผู้ใหญ่หลายคน ไม่ว่าจะเป็นคุณปู่ คุณย่า พี่ ป้า น้า อา พ่อ แม่ ก็ต้องทนร้องให้ฟังอีกหลายรอบ เพื่อให้เด็กๆ ได้มีโอกาสเป่าเทียนอีกหลายๆ ครั้ง

ในชีวิตผม มีงานวันเกิดที่ครอบครัวมาอยู่พร้อมหน้าพร้อมตาแบบนี้ น่าจะแค่ครั้งหรือสองครั้งในชีวิต แต่ถ้าถามความรู้สึกแล้ว แม้แสงเทียนวันเกิดจะดับไป แต่ภาพในวันนั้นยังสว่างอยู่ในใจผมตลอดเวลา ซึ่งมันทำให้คิดได้ว่า การได้ทำสิ่งที่รัก (คือเป่าเทียนวันเกิด) การอยู่ท่ามกลางคนที่เรารักและรักเราามากที่สุด มันช่างเป็นความทรงจำที่มีความหมายมากเหลือเกิน...

ผมนั่งคิดถึงเพลงนี้ไปเรื่อย ๆ ใน
โอกาสวันเกิดบทความรวมเล่มครั้ง
แรกของผมในชีวิต แต่อยู่ ๆ เสียงร้อง
ของผู้ชายที่เต็มไปด้วยความสุขและ
พร้อมจะแบ่งปันให้กับผู้อื่นตลอด
เวลาก็ดังก้องอยู่ในหูและในใจของ
ผม จนทำให้ผมคิดอะไรบางอย่าง
ขึ้นมาได้ แม้เขาจะไม่ใช่นูอาติ แต่
ผมก็เต็มใจจะเรียกว่า “พี่” เหมือน
กับพี่หลายคนเรียก

เขาผู้นี้เป็นศิลปินผู้ให้ความบันเทิงและสร้างสีสันให้กับวงการเพลงไทย เป็นผู้ที่ได้ทำในสิ่งที่รักมากที่สุด ได้อยู่ท่ามกลางคนที่รักเขามากมายทั้งประเทศ และด้วยการที่เติบโตมาจากครอบครัวตัวโน้ต ทำให้ **เบิร์ด ธงไชย แมคอินไตย์** กลายเป็นตำนานที่ประสบความสำเร็จและถือเป็นต้นแบบให้นักร้องรุ่นหลังอีกหลายคน

ผมมีโอกาสหิบบิตวีดี คอนเสิร์ตแบบเบิร์ดเบิร์ด ในอดีตตั้งแต่ปี พ.ศ. 2531 ถึงปีล่าสุดกลับมาดูซ้ำอีกครั้ง สิ่งที่เห็นคือ พี่เบิร์ดได้กลายเป็นผู้ใหญ่ขึ้นตามกาลเวลา เช่นเดียวกับ แสง สี เสียง และแซกรับเชิญบนเวทีคอนเสิร์ต ที่ในรุ่นแรกๆ เทียบกันไม่ได้เลยกับสมัยนี้ (เพื่อล้งการมหาศาลกว่ามาก) แต่สิ่งที่ไม่เคยเปลี่ยนไปเลยคือ ความเป็นกันเองและการเล่นกับคนดูให้สนุกทุกๆ รอบ ที่สำคัญ **“ความสุขของพี่เบิร์ด”** คือ การได้ร้องเพลงให้ทุกคนฟัง ซึ่งนี่คือประโยคที่ผมจะได้ยินทุกครั้งทีพี่เบิร์ดขึ้นเวทีคอนเสิร์ต ซึ่งต่อให้พี่เบิร์ดไม่พูด มันก็แสดงออกมาจากอากัปกิริยาท่าทาง น้ำเสียง แววตาบนเวทีอยู่แล้วว่าพี่เบิร์ดมีความสุขมากแค่ไหนกับสิ่งที่ทำอยู่

ตอนที่เบิร์ดยังเด็ก พี่เบิร์ดอาศัยอยู่ในชุมชนแถวบางแค ซึ่งเป็นทั้งที่อยู่ ที่กิน ที่นอน และที่สำหรับร้องเพลง Happy Birthday ในหนึ่งปีพี่เบิร์ดได้ร้องหลายๆ ครั้ง (เพราะมีสมาชิกในบ้านเยอะ) พี่เบิร์ดเคยพูดว่า



๖๖ บ้าๆ... ไม่ใช้ ๖๖ ค่ะ ๖๖ ค่ะ

๖๖ คือ ที่ที่ รวม ๖๖ คำว่า

๖๖ ความ ๖๖ กับ ๖๖ ค่ะ ๖๖

มาไว้ด้วย ๖๖ ไม่ใช้ มี ๖๖ ต่ ๖๖

๖๖ มี ๖๖ ๖๖ ๖๖ ๖๖

๖๖ ๖๖ ๖๖ ๖๖ ๖๖

๖๖ มี ๖๖ ได้ รวม ๖๖ ความรัก

ความ ๖๖ ๖๖ ความสุข ๖๖ ความสนุก

๖๖ มาไว้ด้วย ๖๖ ๖๖

ดังนั้นแม้ในวัยเด็ก ชีวิตของพีเบิร์ดจะขาดหลายสิ่งหลายอย่างที่เด็กทั่วไปควรมี แต่สิ่งที่ได้ แม้แต่คนมีฐานะบางครอบครัวก็ยังไม่มี นั่นคือกำลังใจจากคนในครอบครัวจนกลายเป็นพลังสำคัญที่ทำให้เขาสามารถก้าวขึ้นสู่การเป็นซูเปอร์สตาร์และรักษามาตรฐานมาได้จนถึงปัจจุบัน

จากจุดเริ่มต้นเล็กๆ กว่า 20 ปีที่อยู่ในวงการบันเทิง พื้นฐานของครอบครัวที่รักในเสียงเพลง สิ่งเหล่านี้กลายเป็นรากฐานอันยิ่งใหญ่ เป็นผู้ที่สร้างประวัติศาสตร์ในวงการบันเทิง ซึ่งในทัศนคติส่วนตัว ผมมองว่า ความรักความเข้าใจในครอบครัวถือเป็นปัจจัยอันยิ่งใหญ่ที่ทำให้เรามองโลกในมุมใหม่ เวลาเจอกับวิกฤตก็มีโอกาสให้เราได้เห็น เวลาทุกข์ก็ยังสุขได้ แถมยังมีความสุขเหลือเฟือที่จะแบ่งปันรอยยิ้มและความสุขนั้น ไปให้คนรอบข้างในสังคมได้อีกด้วย

จุดหักเหพลิกผันในชีวิตหลายต่อหลายครั้ง จากพนักงานแบงก์กินเงินเดือนธรรมดา มีโอกาสถูกชักชวนไปเล่นละคร เล่นหนัง จนก้าวเข้าสู่วงการเพลง และโด่งดังเป็นพลุแตกจากบทบาททหารญี่ปุ่น โกโบริ ในคู่กรรม ที่ทำสถิติละครที่มีเรตติ้งสูงสุดเป็นประวัติการณ์ ซึ่งยากที่เรื่องไหนจะทำลายลงได้ง่ายๆ จนวันตายของโกโบริในละคร (ที่ยังถูกยึดออกไปได้หลายตอน) ยังได้กลายเป็นข่าวหน้าหนึ่งของหนังสือพิมพ์ หรือแม้แต่ต้องเจอมรสุมชีวิต ทั้งข่าวลือโน่นนี่สารพัด แต่กำลังใจและการมองโลกในแง่ดีที่พีเบิร์ดมองว่า “ที่เราทุกข์ เพราะเราไม่เข้าใจ” และเพราะเข้าใจ ทำให้

พีเบิร์ดยืนหยัดผ้าพายุมาได้อย่างตระหง เป็นที่ยอมรับของมหาชนจนถึงปัจจุบันนี้

เพราะฉะนั้น เวลาที่ผมเครียดกับงาน ไม่แปลกครับที่ความบันเทิงในโลกส่วนตัวคือการได้ฟังเพลง แต่สิ่งที่เห็นมากกว่านั้น คือการได้เห็นศิลปินที่ผมชอบกำลังทำในสิ่งที่เขารักเพื่อให้คนรอบข้างมีรอยยิ้มหลังจบคอนเสิร์ตเหมือนกับเขา พีเบิร์ดกำลังเขย่าจินตนาการของผมให้ผมได้รู้จักการแสวงหาสิ่งที่รัก ทำในสิ่งที่รักเต็มเต็มพลังในทุกๆ วันด้วยการย้อนกลับไปหาโอกาสเป่าเด็กท่ามกลางเสียงเชียร์ของคนในครอบครัวที่กำลังเอาใจช่วยให้เราเป่าเทียนให้ดับ เพื่อจะจุดไฟในกายให้กลับมามีพลังลุกขึ้นสู้ได้อีกครั้ง ซึ่งใครที่มีชีวิตแบบนี้ทุกวัน ผมว่ามันช่างเป็นชีวิตที่น่าอิจฉาจริงๆ เพราะฉะนั้นทุกคนครับ มาคิด ผั้น และทำแบบพีเบิร์ดกันดีกว่า

Happy Bird's Day ครับ
ชาวไทยทุกคน!

2

กล้าฝัน (Dare 2 Dream)



ผมรู้สึกว่ ตัวเองไม่ได้ฝันระหว่างนอนมานานแล้วครับ อาจเพราะด้วยหน้าที่การงานค่อนข้างรัดตัวก่อนหน้านี้ พอหัวถึงหมอนเลยหลับสนิท หมดแรงจะไปฝันต่อ แต่ถ้าจะพูดถึงความฝันหรือเป้าหมายที่อยากให้เกิดขึ้นจริง กลับมีมากมายหลายอย่างซึ่งผมเชื่อว่าเรื่องแบบนี้มีอยู่ในตัวทุกคน แต่จะมีสักกี่คนที่โชคดี สร้างฝันให้เป็นจริงได้สำเร็จ และคนที่เราว่าโชคดีส่วนใหญ่ก็มักมีวิธีการคว้าฝันที่เปรียบเสมือนกับไอน้า ที่สามารถหยิบมากลั่นให้กลายเป็นหยดน้ำได้ และจากหยดน้ำก็นำมาประกอบขึ้นรูปกลายเป็นร่างให้เหมือนกับน้ำแข็งที่สามารถจับต้องได้จริงๆ



“ความฝัน”

ในวิกิพีเดียนี้ให้คำจำกัดความไว้ว่า
เป็นการล้าถับภาพความคิด อารมณ์
และการรับรู้ที่เกิดขึ้นนอกเหนืออำนาจ
จิตใจ โดยเหนือและคลุมงมของ
ความฝันยังไม่เป็นที่เข้าใจอย่างแน่ชัด
(หรือถ้าพูดแบบง่ายๆ ก็คือความฝันอยู่
นอกเหนืออำนาจของจิตใจ ที่เราไม่
สามารถควบคุมได้นั่นเอง)