



— รอยธรรม —
คำสอนของ
“พ่อ”

รู้จักที่จะครองตน ครองคน ครองใจ ตามที่พ่อสอน
ไม่ว่าจะพบวิกฤตใดๆ ในชีวิต
เพียงเรามี “แสงสว่าง” อันอบอุ่นส่องทางนำใจ
ชีวิตของเราคนไทยทุกคนจะพ้นภัยไปได้
และกลับมาพบกับทุกความสำเร็จที่เราปรารถนาทุกประการ

ภาสกร นิรันดร์



“
ที่ให้ปิดทองหลังพระก็เพื่อเตือนตัวเองว่า...

การทำความดีไม่จำเป็นต้องอวดใคร

หรือประกาศให้ใครรู้

ให้ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่

และถือว่าความสำเร็จในการทำหน้าที่

เป็นบำเหน็จรางวัลที่สมบูรณ์แล้ว

”

รอยธรรม คำสอนของ “พ่อ”

โดย ภาสกร นิรันดร์

© สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามทำการลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ นอกจากจะได้รับอนุญาต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

ภาสกร นิรันดร์

รอยธรรม คำสอนของ “พ่อ”.--กรุงเทพฯ : กู๊ดไลฟ์, 2559.

192 หน้า

1. ภูมิพลอดุลยเดชมหาราช, พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหา, 2470-2559. 2. พระบรมราโชวาท. I. ชื่อเรื่อง.
923.1593

ISBN : 978-616-292-434-7

จัดพิมพ์โดย



บริษัท แฮปปี้บุ๊ก พับลิชชิง จำกัด

8 ถนนรามอินทรา แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0-5302-1320 โทรสาร 0-5302-1321

Homepage : <http://www.happybookpublishing.com>

พิมพ์ที่

บริษัท โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค จำกัด

520-530 ซอยเพชรเกษม 4 ถนนเพชรเกษม

แขวงท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท อมรินทร์ บุ๊ค เซ็นเตอร์ จำกัด

108 หมู่ที่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรนต์

ต.มหาสวัสดิ์ อ.บางกรวย จ.นนทบุรี 11130

โทรศัพท์ 0-2423-9999 โทรสาร 0-2449-9222 0-2449-9500-6

Homepage : <http://www.nailin.com>

ราคา 165 บาท

•ที่ปรึกษาจิตตัมศักดิ์• พลเอกกิตติ รัตนฉายา ภาณุพงศ์ ศักดาทร อ.ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์ นายแพทย์ปรีชา สิริจิตราภรณ์
•บรรณาธิการบริหาร• ภัทระ จลาดแพทย์ •รองบรรณาธิการบริหาร• ไอรดา จลาดแพทย์ •ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร•
ภาณุศร เครือปัญญาดี •บรรณาธิการ• สิริ จลาดแพทย์ •ผู้จัดการฝ่ายผลิตและบรรณาธิการ• สุกฤดา พลอยเหลี่ยม
•ผู้ช่วยบรรณาธิการ• ภัทริศา ชัยเพ็ชร •กองบรรณาธิการ• นพมาศ วรณวงศ์ •ฝ่ายประสานงาน• วาสนา ชัดศรี
วรพล ไผ่แดง •ฝ่ายกราฟิกและรูปเล่ม• กราฟิก แฮร์รี่ นู๊ดเวิร์ม พับลิชชิง นพดล ปัญญาคำ

จากใจนักเขียน

หนังสือเล่มนี้ถือเป็นงานชิ้นที่ผมภาคภูมิใจที่สุดในชีวิตตั้งแต่เกิดมา

แม้โดยแนวหนังสือแล้วจะเป็นการกล่าวถึงหลักการครองใจคนและเทคนิคการทำงานแบบที่ผมเขียนมาหลายต่อหลายเล่มแล้วก็ตาม

แต่เพราะความพิเศษและใจความสำคัญของเล่มนี้ก็คือ เนื้อหาที่ว่าด้วยวิธีการทำงานให้ได้ผลดี การบริหารตน บริหารคน และบริหารชีวิตนั้น

ล้วนได้แนวทางมาจากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวหรือพ่อหลวงของปวงชนชาวไทยทุกคน

ผมรู้สึกภูมิใจเสมอครับที่ได้เกิดมาเป็นคนไทย เกิดมาในแผ่นดินที่มีพระมหากษัตริย์ผู้ทรงพระปรีชาสามารถ ทรงเป็นดั่งต้นแบบแห่งการเป็นยอดผู้นำ

ในทุกพระบรมราโชวาทหรือพระราชดำรัสที่ให้แก่ปวงชนชาวไทยนั้น ล้วนแฝงไว้ด้วยสาระคำสอนที่สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน การดำรงตนให้เป็นคนดี สามารถเป็นที่รักของคนทั่วไป อีกทั้งการดำเนินชีวิตให้มีความสุข อิ่มเอมกับชีวิตได้อย่างสุขสันต์บนวิถีแห่งความพอเพียง

ช่วงเวลาที่ผ่านมานั้น ผมได้ใช้เวลาในการอ่านพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสในวาระต่างๆ ยิ่งผมได้อ่านแบบละเอียดมากเท่าใด ยิ่งรู้สึกที่เราไม่ต้องไปหาอ่านสาระแนวทางใดๆ จากหนังสือแปลของเมืองนอกเลยครับ เพราะแนวทางชั้นยอดมากมายได้สอดแทรกอยู่ในพระราชดำรัสของพระองค์ท่านแล้ว

หนังสือเล่มนี้จึงเหมาะอย่างยิ่งสำหรับใครก็ตามที่ต้องการจะพัฒนาตนเอง ต้องการจะปฏิบัติตนให้สามารถครองใจคน สามารถทำงานได้อย่างยอดเยี่ยม และดำรงชีวิตได้อย่างสุขสบายตามแนวพระราชดำรัสอันล้ำค่าขององค์พ่อหลวงของเราทุกคน

การอ่านหนังสือเล่มนี้นอกจากจะทำให้เรารู้แนวทางดีๆ แล้ว ยังทำให้เราตระหนักถึงความโชคดีที่ได้เกิดมาเป็นคนไทยแน่นอนครับ

ด้วยความปรารถนาดี
ภาสกร นิรันดร์

คำนำสำนักพิมพ์

คนไทยทุกคนถือว่า เป็นคนที่ดีที่สุดในโลก

ทำไมผมถึงพูดแบบนั้น หลายคนคงสงสัย ผมขอตอบตรงนี้เลยว่า นอกจากจะเกิดในแผ่นดินที่อุดมสมบูรณ์ มีพุทธศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยว นำทางในชีวิตแล้ว เราทุกคนยังมีพระมหากษัตริย์ที่ทรงพระเมตตาและรักประชาชนของพระองค์มากที่สุดในโลก

ตลอดระยะเวลาที่พระองค์ทรงครองราชย์ ไม่มีแม้แต่วันเดียวที่จะทรงหยุดพระราชกรณียกิจที่ทรงทำ เพื่อปรารถนาให้พวกเราทุกคนมีความสุข ทั้งในยามบ้านเมืองสงบสุขหรือเกิดวิกฤตการณ์ใดๆ ก็ตาม

และที่สำคัญพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน คือแสงสว่างแห่งชีวิตที่จะส่องนำทางทุกคนให้พบกับความสุข สมหวังในชีวิตโดยมีคุณธรรมเป็นผู้ค้ำจุนได้จริง

สิ่งดีๆ หรือของวิเศษเหล่านี้ ท่านทั้งหลายจะปล่อยให้หลุดมือหรือผ่านไปหรือไม่ อยู่ที่ท่านจะเป็นผู้พิจารณาครับ

ด้วยความเคารพ

บรรณาธิการสำนักพิมพ์

สารบัญ

พ่อของแผ่นดิน

12

ภาคแรก ครองตน

18

• ก้าวแรกแห่งการครองตน

23

• เข้าใจในธรรมชาติของชีวิต

28

• ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

33

• ความคิดคือแม่บทแห่งชีวิต

38

• เป็นนายคำพูด

44

• ครองเสรีอย่างมีสติ

50

• พอใจ พอเพียง พอดี

55

• ครองตนก้าวหน้า ไม่เหยียบย่ำรากเหง้า

62

• เป็นคนดี

67

ภาคสอง ครองงาน

72

- พลังแห่งจิตใจ

76

- พลังแห่งความเพียร

81

- ยึดอกรับความล้มเหลว

85

- ความสำเร็จที่ไร้ขีดจำกัด

89

- รู้การประมาณตน

94

- รู้ทันสถานการณ์

98

- ครองงานครองธรรม

103

- พิจารณาความจริง

108

- การทำงานเป็นทีม

111

- กล้าในทางที่ถูกต้อง

116

- ฝึกวินัยในตนเอง

121

- ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

126

สารบัญ

ภาคสาม ครองใจคน

• ครองใจด้วยไมตรี

• ครองใจด้วยการให้

• อย่าเห็นแก่ตัว

• เลียสละ

• ครองใจคนต่างวัย

128

133

137

142

146

153

ภาคสี่ ครองปัญญา

• หลักพื้นฐานที่ลืมมิได้

• พลิกแพลงปัญญา

• หนังสือคือประตูแห่งปัญญา

• ใช้ความรู้ในทางชอบ

• ใช้ปัญญาพึ่งพาตน

• เชื่ออย่างมีสติ

160

165

170

175

179

183

187









พ่อ ข

อ ง แ ผ่ น ดิ น



เราทุกคนเกิดมาได้ก็เพราะการโอบอุ้ม
เลี้ยงดูของบิดาและมารดา ผู้ที่ไ้เลือด
ให้เนื้อ ให้กำเนิดเรา

เฝ้าคอยสอนสั่ง ประคับ-
ประคองให้เราเติบโตใหญ่กลายเป็น
คนที่สมบูรณ์ได้ ดังนั้นคนที่นับว่า
โชคดีก็คือคนที่มิทั้งพ่อและแม่คอย
อุปการะดูแล สอนทั้งการใช้ร่างกาย
ให้เกิดคุณค่า สอนให้เราใช้จิตใจใน
เส้นทางที่นำมาซึ่งความสุข สอนให้
พลังแห่งความคิดของเราไม่เสียเปล่า
อีกทั้งสอนให้ดำเนินชีวิตได้อย่าง
ถูกต้องเหมาะสม

และหากจะกล่าวว่าสำหรับชาวไทยทุกคนแล้ว เราถือว่าโชคดีมาก
ขึ้นไปอีก เพราะเราทุกคนต่างมีพ่อของชาติอีกหนึ่งพระองค์ ซึ่งก็คือ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว หรือในหลวง พ่อหลวงของชาวไทย

ที่ไม่เพียงแต่จะทรงดูแลทำนุบำรุงประชาชนชาวไทยให้อยู่รอดท่ามกลาง
กระแสที่ผันแปรของโลก แต่พระองค์ยังทรงมอบพระราชดำรัสเอาไว้มากมายใน
หลายวาระ ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นพระราชดำรัสที่สามารถนำไปใช้เพื่อการสร้างชีวิต
ที่ดีได้

ผมนั้นยอมรับว่าเมื่อสมัยเด็กยังคงสนใจเรื่องสนุกๆ ไปวันๆ และเห็น
การสอนสั่งของผู้ใหญ่เป็นเรื่องน่าเบื่อ แต่เมื่อเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่และใฝ่ใน
เรื่องการพัฒนาตนเอง จึงได้เอาหนังสือมากมายมาอ่านเพื่อเพิ่มพูนสติปัญญา
โดยเฉพาะหนังสือแนวจิตวิทยาพัฒนาตนเอง เพื่ออัปเดตตัวเราให้สมบูรณ์แบบ
ยิ่งขึ้น ชัดเกล้าเอาจุดด้อยออกไป เพื่อจะได้สามารถทำงานและดำรงอยู่ในสังคม
ได้อย่างประสบความสำเร็จตามค่านิยมของโลกยุคใหม่

**แต่ในบางครั้งค่านิยมของโลก อาจจะสอนให้เราหลงลืมความเป็น
มนุษย์ หลงลืมผู้อื่นหรือแม้แต่ตัวตนของตนเอง**

ในเวลาต่อมาได้มีโอกาสค้นคว้านำพระราชดำรัสของในหลวงมาศึกษา
มาน้อมใส่ในชีวิตแล้วก็พบว่าในพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสของพระองค์
ท่านนั้น เป็นแสงทองแห่งชีวิต

เพราะมีสิ่งล้ำค่ามากมาย ที่เราทุกคนสามารถนำเอามาใช้เพื่อพัฒนาตนเอง พัฒนาผู้อื่น เพื่อทำความเข้าใจชีวิต และเพื่อนำไปใช้สร้างความก้าวหน้าให้กับตัวเรา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน ในเรื่องมนุษยสัมพันธ์ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ นำไปพัฒนาความคิดในสมองให้ก้าวไกลมากยิ่งขึ้น

สิ่งแรกที่ผมรู้สึกก็คือ ผมรู้สึกโชคดีเหลือเกินที่ได้เกิดมาเป็นคนไทย และรู้สึกเสียดายที่ในอดีตนั้นไม่มีใครจะมีโอกาสฟังพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน ทั้งที่แต่ละวาระที่พระองค์ทรงมอบคำสอนแก่ประชาชนนั้น ล้วนมีสิ่งน่าฟัง น่านำไปขบคิดสอดแทรกอยู่อย่างมากมาย อีกทั้งยังอุดมไปด้วยคุณค่าที่ทำให้เราตระหนักถึงคุณค่าของชีวิต คุณค่าของความคิด และอีกหลายๆ อย่าง

ประการต่อมาผมรู้สึกซาบซึ้งที่พระองค์ท่านทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ ในการทรงทุ่มเททำเพื่อประชาชน ทั้งการทรงงาน และทรงเรียบง่าย ถ้อยคำสอนให้ลูกๆทั้งหลายในแผ่นดินได้นำเอาสาระไปกลั่นกรอง เพื่อยกระดับชีวิตตนเองให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

สำหรับตัวผมเองนั้น หลังจากได้อ่านหนังสือแนวพัฒนาตนเอง โดยเฉพาะหนังสือจากต่างประเทศ จากคนชาติอื่น แม้หนังสือเหล่านั้นจะมีสาระดี และสามารถนำมาปรับใช้เพื่อสร้างความเจริญให้กับตนเองได้ แต่เมื่อได้อ่านพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน ก็พบว่าสาระแห่งการพัฒนาตนเองที่เราคิดว่ามีแต่ในหนังสือต่างชาตินั้น สามารถค้นอ่านได้จากพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน

เราเป็นคนไทย มีวิถีชีวิตแบบไทยที่ไม่เหมือนใคร มีรากเหง้าของตัวเอง เหมือนพืชที่เหมาะสมกับภูมิประเทศนั้น เมื่อไปปลูกที่แหล่งอื่น ภูมิประเทศอื่น ก็ไม่มีทางเจริญงอกงามได้ดังเช่นที่ตนเองอยู่และเป็น



เมื่อรู้ถึงแก่นแท้แล้วจึงทำให้รู้สึกขบขันตัวเองที่พยายามเหลือเกินที่จะไขว่คว้าเรียนรู้จากองค์ความรู้จากที่อื่น หรือในบางคนที่ต้องเสียเงินเสียทองซื้อหามา หรือไม่ก็ต้องไปเรียนรู้ถึงเมืองนอกเมืองนา โดยที่ไม่รู้เลยว่าพ่อหลวงของเราทรงสอนสิ่ง ทรงมอบวิธีการดีๆ ทั้งในการดำเนินชีวิต ในการทำงาน ในการสร้างครอบครัวให้ผาสุก ให้เราได้เรียนรู้ตลอดผ่านพระราชดำรัสของพระองค์

ซึ่งเราย่อมทราบดีว่าพระองค์ท่านทรงสละเวลามอบพระบรมราโชวาทและพระราชดำรัสให้ปวงชนชาวไทยทุกปีไม่เคยขาด และทรงมอบไว้ในหลายวาระอีกด้วย ในชาตินี้ผมจึงรู้ว่าได้พบทองแท้แล้วโดยไม่ต้องไปดิ้นรนแสวงหาที่อื่นอีกต่อไป

เมื่อผมรู้และค้นคว้ามามากพอสมควร ผลงานชิ้นนี้จึงถือกำเนิดขึ้น เพื่อยากจะเผยแพร่และแบ่งปันของวิเศษนี้ออกไปให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ โดยแนวทางของหนังสือเล่มนี้หลายท่านอาจคุ้นเคย แต่ความพิเศษที่สุดก็คือ “เนื้อความในหนังสือจะเป็นการบอกเล่าถึงแนวทางการพัฒนาตนเอง โดยยกเอาสาระสำคัญมาจากพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน”

หนังสือเล่มนี้จึงถือเป็นผลงาน How to ที่จะชักชวนให้คุณผู้อ่านทุกท่านได้ฝึกตนเอง พัฒนาตนเองให้กลายเป็นคนที่สมบูรณ์แบบมากขึ้น ให้เราสามารถครองตนอย่างมีสติ สามารถครองใจคนได้ด้วยหลักมนุษยสัมพันธ์ อีกทั้งสามารถครองงาน ทำงานได้อย่างราบรื่น มีแต่โอกาสและความสำเร็จรายล้อมอยู่ตลอดเวลา อีกทั้งยังสามารถครองปัญญา พัฒนาพลังสมองตนเองให้มีความรู้รอบรู้ในตนเองและรู้โลกรอบตัว ด้วยความกระตือรือร้นอย่างสม่ำเสมอ

โดยการเรียนรู้ ศึกษาจากพระราชดำรัสของพระองค์ท่าน อันเป็นการพัฒนาตนเองตามรอยเท้าของพ่อหลวง ที่ได้ทรงมอบไว้ให้เราได้ก้าวตามและเดินทางชีวิตไปสู่การเป็น “มนุษย์” ที่แท้จริง ที่เกิดมาเพื่อสร้างคุณค่าของตนเอง และสามารถนำไปช่วยเหลือผู้อื่นให้มีคุณค่าได้ ตามความสามารถที่เราเป็นอย่างที่สุดกำลัง

อยากเรียนเชิญอ่านด้วยความเคารพครับ





ค ร