



บทความออนไลน์

‘ทิ้งนิสัยไม่ดีแล้วจะมีความสุข’ หนังสือชวนบอกลา 40 นิสัยไม่ดีเพื่อชีวิตและหน้าที่การงานที่ดีขึ้น



ที่แรกเราไม่ได้คิดหรอกว่านิสัยไม่ดีจะมีอยู่ในตัวเราเยอะขนาดนี้ เพราะถึงไม่ได้เป็นคนดีขนาดนั้น แต่ก็ไม่เคยสร้างความเดือดร้อนให้ใครวุ่นวาย แต่หนังสือเล่มนี้กลับเปิดปริศนาธรรมเกี่ยวกับ ‘นิสัยไม่ดี’ แบบละเอียด ที่ถ้าเราบอกลามันไปได้ ชีวิตคงดีกว่านี้ หน้าที่การงานคงไปได้ไกลกว่านี้อีกเยอะ

เปิดหนังสือมาหน้าแรก ๆ โกะโด โทคิโอะ (ผู้เขียน) ก็บอกให้เราอ่านสารบัญเสียก่อน ซึ่งมันคือการรวมนิสัยไม่ดี 40 อย่างที่ควรทิ้งมันไปเสีย ไม่ว่าจะเป็นการทิ้งคำพูดแง่ลบ, ทิ้งคำแก้ตัว, ทิ้งการนินทาคนอื่น, ทิ้งคนที่ไม่จำเป็นในชีวิต, ทิ้งการเป็นคนดี, ทิ้งการใช้จ่ายอย่างสุรุ่ยสุร่าย, ทิ้งแนวคิดมองลูกค้าเป็นหลัก, ทิ้งการเลิกทำโอที, ทิ้งความสมบูรณ์แบบ ฯลฯ ซึ่งแน่นอนว่านิสัยเสียต่าง ๆ เหล่านี้ เราทุกคนล้วนมีอยู่ในตัวไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่ง



สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ ARIT NPRU

โดยเนื้อหาหนังสือเล่มนี้แบ่งเป็นหมวดของคำพูด, ความสัมพันธ์, เงินกับเวลา และเทคนิคการทำงาน ใครที่เคยอ่านหนังสือ ‘เล็กเป็นคนดีแล้วจะมีความสุข’ ของผู้เขียนคนเดียวกันมาแล้วคงรู้ว่าเป็นหนังสือที่อ่านง่าย แต่ลึกซึ้งในการตีความ เพราะหลาย ๆ หัวข้อเป็นนิสัยไม่ดีที่เราไม่เคยคิดมาก่อนว่าเป็นปัญหา เช่น

‘การทิ้งคำพูดแง่ลบ’ ที่เป็นกับดักทำให้เราไม่ได้รับโอกาสใหม่ ๆ เพราะความคิดที่ว่าทำไปก็ไม่ทำอะไรดีขึ้น หรือฉันทงทำมันไม่ได้ นั่นเพราะคำพูดแง่ลบทำให้เราหยุดที่จะคิด สมองก็จะหยุดคิดสิ่งที่ซับซ้อน แม้ว่าเรื่องนั้นจะเป็นไปได้มากหรือน้อยแค่ไหนก็ตาม ผู้เขียนได้ยกตัวอย่างการเรียนภาษาอังกฤษที่คนคิดลบลบเล็ก ไม่ยอมพัฒนาความสามารถของตัวเอง ขณะที่คนที่ทิ้งนิสัยเสียนี้ได้แล้วจะโปรแกรมสมองว่าเราต้องเริ่มเรียนภาษาอังกฤษ และทุกวันนี้เทคโนโลยีก็เอื้อให้เราเรียนตัวต่อตัวกับเจ้าของภาษาได้ไม่ยาก ค่าเรียนก็อยู่ที่ครึ่งชั่วโมง 150 เยน ต่อให้เรียนวันละ 2 ชั่วโมงก็เสียค่าเรียนเพียงวันละ 600 เยน (ราว 200 บาท) ซึ่งราคาพอ ๆ กับมื้อกลางวันเท่านั้นเอง

รวมไปถึงนิสัยเสียเชิงลึก เช่น ‘ทิ้งความคิดที่ว่าโลกนี้อยู่ยาก’ ซึ่งเป็นคำที่เราพูดจนชินปาก เช่นเดียวกับผู้เขียนที่ได้ยินประโยคนี้นี้มาตั้งแต่เด็ก แต่เขาก็กลับพบว่าทุกวันนี้โลกอยู่ง่ายขึ้นเยอะ เมื่อเทคโนโลยีพัฒนาขึ้น ชีวิตก็สะดวกสบายขึ้น ‘ความคิดที่ว่าโลกนี้อยู่ยาก’ ทำให้คนเราลังเลที่จะกระโจนเข้าหาประสบการณ์ใหม่ ๆ และต้องอดทนจำยอมกับสภาพที่ไม่ยุติธรรมจนรู้สึกว่าคุณค่า แต่จริง ๆ แล้วต่อให้ล้มเหลวก็แค่ลองใหม่เท่านั้นเอง ถ้าเราคิดว่าโลกนี้อยู่ยาก เราก็จะอยู่ยาก แต่ถ้ามองในทางกลับกัน เราเชื่อว่าโลกนี้อยู่ง่ายกว่าที่คิด เราจะมองเห็นแต่โอกาสที่เปิดประตูรอไว้

การทิ้งนิสัยไม่ดีไม่ใช่เรื่องง่ายหรือทำได้เพียงข้ามวัน มันต้องใช้เวลาค่อยเป็นค่อยไป การมีหนังสือเล่มนี้ไว้ในครอบครอง หยิบมาอ่านบ่อย ๆ ก็คอยช่วยเตือนใจ ผู้เขียนบอกว่าเลิกนิสัยไม่ดีในหนังสือเล่มนี้ครบแล้วจะโยนทิ้งก็ได้ เพราะเส้นทางชีวิตและการทำงานของ คุณจะชัดเจนขึ้นอย่างแน่นอน

ที่มา <https://thestandard.co/tokio-godo-book-review/>

