

## อดีตหรือปัจจุบันที่ส่งผลสำคัญกับการดำรงชีวิตของเรา

### Past or Present That Importantly Affects How We Live Our lives

สมาน อัครวุฒิ<sup>1</sup>

#### บทคัดย่อ

เชื่อว่าคนส่วนใหญ่รวมทั้งผู้เขียนในอดีตด้วย เคยเชื่อว่าอดีตเป็นปัจจัยที่ทำให้เราเป็นอยู่อย่างที่เป็นอยู่ปัจจุบันและอนาคตของเรา แต่ถ้าผมจะเสนอว่า “การรับรู้และทัศนคติในปัจจุบันของเราต่างหากที่มีผลสำคัญต่อการใช้ชีวิตของเราในปัจจุบันและอนาคต” แล้วเชื่อว่าบางท่านคงบอกว่า ผมเสียสติไปแน่ๆ แต่พอได้ศึกษาแนวคิดของ Adler จึงพบอีกแนวคิดหนึ่งที่แตกต่างไปจากแนวคิดของ Freud จึงเป็นแรงบันดาลใจให้เขียนบทความนี้ เพื่อสนับสนุนสิ่งที่ผู้เขียนสนใจมากกว่าสิบปีที่ผ่านมา บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อชี้ให้เห็นถึงแนวคิดของนักทฤษฎีที่ยิ่งใหญ่สองท่าน คนหนึ่งคือ Freud ซึ่งมีอิทธิพลต่อความคิดทางวิชาการของผู้เขียนมากกว่าสิบปี อีกคนหนึ่งคือ Adler ซึ่งก็คงมีอิทธิพลต่อวงวิชาการมายาวนานเช่นกัน เพียงแต่ผู้เขียนเพิ่งได้ศึกษาแนวคิดของเขาเมื่อไม่นานมานี้เอง แต่ตรงใจและเห็นว่าน่าจะเป็นประโยชน์จึงได้นำมาแลกเปลี่ยนกันวันนี้ครับ

**คำสำคัญ:** อดีตหรือปัจจุบัน ผลสำคัญ ชีวิตของเรา

#### Abstract

I believed that most people, like me in the past, used to believe that past experiences were factors that our present and future lives depend on. But, if I propose that “our perceptions of the past and present attitudes pay important role on our present and future lives”, someone might say that I was insane. However, after I happened to come across Adler’s theory, I found the opposite theory of Freud’s. This inspired me to write this article to support my belief that has been my interest for the last ten years. This article aimed to point out the different thoughts of the two magnificent theorists. The ONE, Freud, who had influenced me over forty years while the OTHER, Adler, who might have been long influenced the academic society, but I just happened to

---

<sup>1</sup> รองศาสตราจารย์, ดร. , ข้าราชการบำนาญ และอาจารย์พิเศษมหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ (Associate Professor, Dr., Retired Government Official and a Part Time Lecturer at Sisaket Rajabhat University)

come across his theory not long ago, but hit my mind, and though it might be useful to share today.

**Keywords:** Past or Present, Affect, Our Lives

### แรงจูงใจในการเขียนบทความ

กว่าครึ่งหนึ่งของชีวิตที่ผู้เขียนเชื่อเรื่องอิทธิพลของชีวิตในวัยเด็ก ประสบการณ์ในอดีต สภาพแวดล้อม รวมทั้งกรรมเก่า เป็นปัจจัยหรือตัวกำหนดชีวิตของตัวเอง นอกจากนี้แล้ว แนวคิด ทฤษฎีที่เล่าเรียนในการเตรียมตัวเป็นครู โดยเฉพาะหลักจิตวิทยาตามแนวคิดของ Freud ทำให้ผู้เขียนเชื่อตามหลักคิดที่กล่าวมาข้างต้นอย่างสนิทใจ

ในอดีตนั้น ผู้เขียนเป็นคนที่สุขภาพไม่ค่อยดี ในปี 2513 เคยตรวจพบว่าป่วยเป็นโรคไตไม่ดับและหมอบอกว่าอาจจะมีชีวิตอยู่ได้ไม่เกิน 5 ปี แต่ก็รอด อย่างไรก็ตาม ในปี 2522 เป็นโรคขาดอาหารอย่างรุนแรง ปี 2525 เป็นไวรัสตับอักเสบ ปี 2528 เป็นโรคสะเก็ดเงิน ปี 2530 มีไขมันในเส้นเลือดสูง และป่วยหนักที่สุด คือ ในปี 2549 และทุกครั้งที่ป่วยก็โทษกรรมเก่าและทำใจยอมรับโชคชะตาโดยดูชฎี และเมื่อหายป่วยก็นึกขอบคุณความดีที่สร้างไว้ จึงเข้าใจว่านั่นเป็นส่วนเกื้อหนุนให้มีชีวิตรอดเพื่อทำดีกันต่อไป อย่างไรก็ตามการเจ็บป่วยในปี 2549 เป็นการป่วยหนักถึงจุดที่เรียกว่าตายแล้วฟื้น และต้องนอนรักษาตัวอยู่หลายเดือน จึงได้มีเวลานอนทบทวนว่าอะไรเกิดขึ้นกับตัวเอง และทำไมการเจ็บป่วยครั้งสุดท้ายกับที่ป่วยในปี 2549 จึงทิ้งช่วงเวลาห่างกันเกือบ 20 ปี และขณะเดียวกันลูกศิษย์ที่มาเยี่ยมก็มีหนังสือ วิดีทัศน์ เทปเสียง แนะนำการดูแลตัวเอง รวมถึงคำบรรยายธรรมะ มาฝากด้วย จึงได้ศึกษาแนวคิดเหล่านั้นเพิ่มเติม

จากประสบการณ์ที่ผ่านมา ผวนกับข้อมูลใหม่ และบทสรุปจากการไตร่ตรอง จึงได้ข้อสรุปว่า (1) ร่างกายของคนเรามีความอดทนและพร้อมจะมีชีวิตอยู่มากกว่าที่จะตาย (2) ชีวิตเราจะเป็นอย่างไรอยู่ที่การปฏิบัติตัวของเรา และ (3) การปฏิบัติตัวของเราจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับ การรับรู้และการตีความประสบการณ์ของเราและการตัดสินใจ ณ ปัจจุบัน มากกว่าปัจจัยหรืออิทธิพลในอดีต จึงนำมาสู่ข้อสรุปที่ว่า “กรรมเก่าเป็นแค่ปัจจัยที่ทำให้ได้เกิดมาในชาตินี้เท่านั้น ส่วนชีวิตชาตินี้จะเป็นอย่างไรเป็นการตัดสินใจและมีมือของชาตินี้ทั้งสิ้น” (สมาน อัครภูมิ, 2553) ข้อสรุปดังกล่าวกินความรวมถึงประสบการณ์และการปฏิบัติตนที่ผ่านมาในชาตินี้ด้วยว่า สิ่งเหล่านั้นเป็นแค่ปัจจัยให้เราเป็นอย่างที่เราเป็นมาถึง ณ จุดปัจจุบันนี้เท่านั้น แต่วันนี้หรือวันพรุ่งนี้จะเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจและกระทำ ณ ปัจจุบันเป็นสำคัญ นี่คือจุดเปลี่ยนของแนวคิดและชีวิตของผู้เขียนในช่วงสิบปีที่ผ่านมา จากคนที่ไม่เคยคิดว่าจะมีชีวิตอยู่จนได้เกษียณอายุราชการ มาเป็นคนที่ประกาศตัวเองว่าจะอยู่จนได้ฉลองวันเกิดปีที่ 100 ครับ

ข้อค้นพบข้างต้นนี้ ได้แต่นำมาใช้กับตนเองและผู้สนใจในวงสนทนาวงแคบทั่วไป มากกว่าจะนำเสนอต่อสาธารณะ หรือเขียนเป็นบทความ แต่เมื่อประมาณเดือนที่แล้ว ผู้เขียนได้ซื้อหนังสือที่เขียนโดยนักวิชาการชาวญี่ปุ่น (โยซูเกะ, นิพาดา เขียวอุไร, 2515: แปล) ผู้แต่งได้นำเสนอแนวคิดเชิงจิตวิทยาของ Adler ไว้ที่น่าสนใจมาก และเป็นหนังสือเล่มที่ผู้เขียนอ่านแล้วไม่อยากจะวาง และอ่านจนจบเล่มภายในไม่กี่วัน และหลังจากนั้นก็ได้อ่านแนวคิดของนักวิชาการท่านนี้ต่ออีกในอินเทอร์เน็ตและสั่งซื้อหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้องมาอ่านอีกหลายเล่ม จนมั่นใจและอยากนำเรื่องนี้มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้สนใจใคร่ แต่ก่อนจะนำเสนอสาระสำคัญในแนวคิดของ Adler ผู้เขียนใคร่กล่าวถึงแนวคิดสำคัญบางส่วนของแนวคิดของ Freud ซึ่งเป็นแนวคิดที่ตรงกันข้ามของ Adler ดังจะได้กล่าวถึงต่อไป

### แนวคิดพื้นฐานของ Freud

Freud มีผลงานทางวิชาการและเสนอทฤษฎีทางจิตวิทยาไว้หลายทฤษฎี ที่โด่งดังมากส่วนหนึ่งก็คือการศึกษาวิเคราะห์จิต ซึ่ง Freud (Journal Psyche, 2017) ได้แบ่งจิตออกเป็น 3 ลักษณะ คือ จิตสำนึก (Conscious Mind) จิตกึ่งสำนึก (Subconscious Mind) และจิตใต้สำนึก (Unconscious Mind) จิตสำนึกเป็นสภาวะจิตที่รู้ตัวอยู่ ว่าคิดอะไร และทำอะไร จิตกึ่งสำนึกเป็นสภาวะจิตที่รับรู้แต่ไม่แสดงออกมา แต่ก็พร้อมที่จะนำมาใช้ได้ทุกเมื่อ ส่วนจิตใต้สำนึกนั้นเป็นสภาวะจิตที่ไม่รู้ตัวตน เป็นจิตจัดเก็บตระกอนความคิดและความจำไว้เพื่อจำเป็นเรียกใช้ในอนาคต เป็นส่วนที่เป็นผลึกความคิด ความเชื่อ ลักษณะนิสัย หรือสันดานของบุคคล

Freud (Feldman, 1996) กล่าวถึงโครงสร้างของจิตไว้ 3 ส่วนที่สำคัญคือ อิด (Id) อีโก (Ego) และซูเปอร์อีโก (Superego) อิดเป็นการแสดงออกตามความต้องการพื้นฐานของคนเราที่ยังไม่ได้กลั่นกรองหรือขัดเกลา คือคิดอย่างไรก็ทำอย่างนั้นตามใจปรารถนา ส่วนอีโกเป็นการแสดงออกความต้องการที่กลั่นกรอง โดยพิจารณาโดยกฎกติกา หรือปทัสถานของสังคม และซูเปอร์อีโกเป็นการคิดและแสดงออกตามหลักมโนธรรมหรือสิ่งที่ควรจะเป็นสูงสุดที่มนุษย์พึงปฏิบัติต่อกัน

นอกจากแนวคิดสำคัญทั้งสองดังกล่าวข้างต้น Freud ยังเป็นต้นตำรับของจิตวิเคราะห์และแนวคิดที่ว่าประสบการณ์ในอดีตและสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยและเงื่อนไขสำคัญของการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมของบุคคลในปัจจุบัน หมายความว่าคนเราจะเป็นแบบไหนอย่างไรนั้น ชีวิตในอดีตเป็นตัวกำหนด

## แนวคิดพื้นฐานของ Adler

ยอมรับว่าผู้เขียนไม่เคยได้ยินหรืออ่านแนวคิดของ Adler มาก่อนจนกระทั่งได้อ่านหนังสือ “กล้าที่จะถูกเกลียด” (โยชูเกะ, นิพาดา เขียวอุไร, 2515: แพล) เมื่อเดือนที่แล้ว จากหนังสือเล่มดังกล่าวทำให้ผู้เขียนสืบค้นแนวคิดของ Adler จากหนังสือที่เขียนเกี่ยวกับจิตวิทยาหลายเล่ม และจากสื่อสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต แต่ก็พบว่าไม่ค่อยมีใครเขียนถึงทฤษฎีของ Adler มากนัก ดังเช่น Feldman (1996) กล่าวถึง Adler ไว้สั้นๆ เพียงว่า Adler เป็นนักจิตวิทยา Neo-Freudian ที่เชื่อว่าแนวคิดของ Freud นั้นเน้นเรื่องแรงขับทางเพศที่เป็นตัวกำกับพฤติกรรมของคนเรา ซึ่งไม่น่าจะจริง แต่สิ่งที่เป็นแรงขับของคนเรานั้นคือความต้องการที่จะเป็นเลิศ หรือได้สิ่งที่ดีที่สุด แต่ที่ประสบการณ์ครอบงำทำให้ผู้ใหญ่จำนวนไม่น้อยไม่ยอมเปลี่ยนแปลงตนเองและก้าวข้ามข้อจำกัดนั้นเพราะยังไม่เข้าใจโลกอย่างเพียงพอ ทั้ง ๆ ที่ในความเป็นจริงแล้ว คนเราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามเป้าหมายของชีวิตที่เราปรารถนาโดยไม่ติดขัดกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับเราในอดีต ประสบการณ์อาจจะสร้างบาดแผลในใจเรา แต่ไม่สามารถทำร้ายเราได้ ส่วนในหนังสือของ Berk (1993) กล่าวถึง Adler เฉพาะในส่วนที่เป็นผลงานวิจัยที่เขาเป็นผู้วิจัยร่วมเกี่ยวกับการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนซึ่งพบว่านักเรียนอ่อนในวิชาคณิตศาสตร์เป็นผลมาจากผู้ปกครองและครูเชื่อว่านักเรียนเหล่านั้นขาดความสามารถด้านคณิตศาสตร์ ทำให้นักเรียนยอมรับและเป็นไปตามความเชื่อของผู้ปกครองและครูที่ยึดยึดให้

Carley (2015) กล่าวถึงแรงจูงใจของบุคคลตามแนวคิดของ Adler ว่าแตกต่างไปจากแนวคิดของ Freud และ Klein โดยเห็นว่าบุคคลสามารถเลือกที่จะเป็นตามแบบที่เขาต้องการ จะเป็นได้ทั้งปัจจุบันและอนาคต ไม่ว่าชีวิตที่ผ่านมาเขาจะเป็นเช่นไร ชีวิตในปัจจุบันหรืออนาคตจะเป็นอย่างไรอยู่ที่การคาดการณ์อนาคตของตัวเองที่อยากจะเป็น และ Carley สรุปสาระสำคัญของทฤษฎีจิตวิทยาเอกัตบุคคล (Individual Psychological Theory) ของ Adler ไว้ 6 ประการ คือ (1) บุคคลมุ่งมั่นจะประสบผลสำเร็จอย่างมีเป้าหมายได้ทุกอย่างอย่างอิสระและปราศจากเงื่อนไขความเป็นมาของอดีต (2) การมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับตัวเขาเองเป็นหลัก คนอื่นหรือสภาพแวดล้อมไม่เป็นเงื่อนไขหรืออุปสรรคแต่อย่างใด (3) ความสม่ำเสมอและเอกเฉพาะตน (และนี่คือจุดเด่นที่ Adler เรียกทฤษฎีของเขาว่า Individual Psychological Theory) คนแต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตนเองและความคงเส้นคงวาในบุคลิกของตน (4) คุณค่าในสิ่งที่บุคคลกระทำต้องเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ (5) โครงสร้างคุณลักษณะที่บุคคลประพฤติอยู่นั้นจะพัฒนาเป็นตัวตนของบุคคลนั้น และ (6) พลังสร้างสรรค์ที่ควบคุมตัวตนของบุคคล ซึ่งเป็นตัวกำกับและผลักดันบุคคลในการพัฒนาบุคลิกภาพเฉพาะตนของแต่ละบุคคล กล่าวโดยสรุปก็คือบุคคลจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับทัศนคติและการกระทำของตนเอง จึงไม่อาจจะโทษใครหรือสิ่งแวดล้อมครับ

แนวคิดในการเขียนหนังสือ “กล้าที่จะถูกเกลียด” ตั้งอยู่บนพื้นฐานแนวคิดของทฤษฎี Adler ดังกล่าวข้างต้น แต่เป็นหนังสือที่เขียนตามแนวการสอนของ Socrates คือเป็นแบบ

สนทนากันระหว่างนักปรัชญากับชายหนุ่มคนหนึ่ง โดยการยกประเด็นที่เป็นความเชื่อ โดยทั่วไปของบุคคลและแนวคิดของ Freud แล้วถกเถียงและชี้ประเด็นเดียวกันในมุมมองของ Adler โดยสาระสรุปก็คือผู้แต่งซึ่งสะท้อนแนวคิดของ Adler ผ่านนักปรัชญาเพื่อชี้ให้เห็นว่า เหตุการณ์ที่บุคคลประสบมาในอดีต ประสบการณ์ และสภาพแวดล้อม ไม่สามารถมีอิทธิพล ต่อพฤติกรรมของบุคคลนั้นทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้ นอกจากเขาจะเลือกใช้เหตุการณ์ ประสบการณ์ หรือสภาพแวดล้อมเหล่านั้นเพื่อประโยชน์ในเป้าประสงค์ที่เขาต้องการใน ขณะนั้น เช่น คนที่ชอบอยู่คนเดียวและไม่ชอบสังคม อาจจะบอกว่านั้นคือชีวิตที่พอกับแม่ กระทบกับเขาตอนเป็นเด็ก พอโตขึ้นเขาจึงมีนิสัยแบบนี้ ดังนั้นอย่ามาโทษเขานะ ทั้ง ๆ ที่จริง แล้วถ้าเขาอยากจะเปลี่ยนแนวทางในการดำเนินชีวิตของเขาใหม่ก็ได้ และเปลี่ยนได้ทันทีถ้า เขาต้องการเปลี่ยน และการที่เขาใช้อดีตมาเป็นข้ออ้าง ก็เพียงพอต่อการอยู่คนเดียวและไม่ อยากรู้สึกเหมือนคนอื่น และประโยชน์ซ่อนเร้นของการที่เขาชอบอยู่คนเดียวและไม่เข้าสังคม อาจจะเป็นอย่างอื่นด้วย เช่น พ่อ แม่ ญาติพี่น้องอาจจะสนใจและใส่ใจเขามากขึ้น เพื่อนฝูง อาจจะสนใจและห่วงใยเป็นพิเศษ เป็นต้น เขาจึงไม่อยากจะเปลี่ยน ทั้ง ๆ ที่ถ้าต้องการเปลี่ยนก็ เปลี่ยนได้ทันที ซึ่งแนวคิดเช่นนี้ถูกใจผู้เขียนอย่างยิ่ง ดังกล่าวมาแล้วข้างต้น

### คนเรารู้ชีวิตตัวเองได้

ด้วยผู้เขียนเกิดในสังคมศาสนาพุทธ และถูกสอนมาเกือบตลอดชีวิตว่า “ชีวิตเราจะเป็นอย่างไรขึ้นกับกรรมเก่าที่เราทำ ทั้งในชาติก่อนและชาตินี้” และบ่อยครั้งเมื่อมีใครประสบ เหตุใด หรือมีใครสักคนที่ต้องตายจากเราไปด้วยอุบัติเหตุ หรือก่อนเวลาอันควร เราก็จะ ปล่อยให้คิดว่าเขาทำบุญมาเท่านั้นเท่านี้<sup>2</sup> ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ดีอีกแบบครับ กล่าวคืออย่างน้อยก็ ทำให้คนระมัดระวังการกระทำของตน หรือถ้ามีเหตุไม่บังควรเกิดขึ้นกับเราก็เป็นทฤษฎีนี้ไว้ ปล่อยให้ได้ว่า “เป็นเวรเป็นกรรม” ขณะเดียวกันความเชื่อและความเข้าใจดังกล่าวก็ทำให้คน จำนนต่อชะตากรรม และปล่อยไปตามยถากรรม แทนที่จะคิดและหาทางแก้ไข ดังชีวิตในช่วง ต้นของผู้เขียนดังกล่าวมาแล้ว ซึ่งก็ไม่ทราบว่าคุณอื่นคิดและเป็นแบบที่ผู้เขียนเป็นบ้างไหม

ผู้เขียนเชื่อว่า คนไทยที่นับถือศาสนาพุทธจำนวนหนึ่งคิดและเป็นเช่นที่กล่าวมา ข้างต้น เช่น สมมติว่ามีคนขี่มอเตอร์ไซด์มาตอนกลางคืนและบังเอิญตกท่อระบายน้ำที่เทศบาล ขุดทิ้งไว้ “ตาย” ก็จะบอกว่า เขามีบุญมาเท่านั้นและถึงที่ตายพอดี ทั้งๆ ที่ในความเป็นจริง แล้ว เราสามารถป้องกันได้ คือ มีสัญญาณไฟบอก หรือมีรั้วกั้นตลอดระยะทางที่ขุดท่อ เป็นต้น ในช่วงกว่าครึ่งหนึ่งของชีวิตนั้น ผู้เขียนยอมรับว่าจำนนต่อเวรกรรม เชื่อว่าทุกอย่างที่เกิด ขึ้นกับตนเองนั้นเป็นลิขิตสวรรค์หรืออนรก ทุกอย่างได้ขีดเส้นชีวิตไว้แล้ว ส่วนการดำเนินชีวิต เป็นเพียงการแก้ไขสิ่งต่างๆ ตามอาการ แต่พอป่วยหนักในปี 2549 และได้มีเวลาไตร่ตรองก็ พบว่า จริงๆ แล้วเราน่าจะเปลี่ยนแปลงชีวิตเราได้ และเริ่มเปลี่ยนตนเองตั้งแต่นอนรักษาตัว

<sup>2</sup> แก่นของศาสนาจริง ๆ สอนอย่างนั้นหรือเปล่าก็ไม่มีการพิสูจน์ได้ครับ

อยู่บนเตียง และทำมาเรื่อยๆ จนถึงปัจจุบัน อ่านหนังสือที่จะช่วยให้ตนเองดีขึ้น และนำมาทดลองใช้กับตนเองทันที ซึ่งก็ได้ผล จนได้ข้อสรุปว่า “คนเราเปลี่ยนแปลงตนเองได้ทุกเรื่อง โดยไม่มีเงื่อนไขหรือข้อแม้” หรือสรุปสั้นๆ ก็คือ “ลิขิตชีวิตตนเองได้” นั่นเอง ดังนั้นเมื่อได้อ่านแนวคิดของ Adler จึงถูกใจมาก จนนำมาเขียนเป็นบทความนี้เพื่อนักการศึกษาและผู้สนใจทั่วไปจะได้พิจารณาดูครับ

จากประสบการณ์ของผู้เขียนและแนวคิดของ Adler ที่สรุปมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า

1. เหตุการณ์ ประสบการณ์ และสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับเราในช่วงที่ผ่านมา นับตั้งแต่การได้เกิดเป็นใคร พ่อแม่ หรือญาติพี่น้องเลี้ยงดูแบบไหน เข้าโรงเรียนและครูสอนเรามาอย่างไร และผ่านมานั้นมีการดำเนินชีวิตมาอย่างไร ทั้งหมดนี้เป็นเพียงปัจจัยต้นที่ทำให้เป็นอยู่อย่างที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ถ้าเป็นเรื่องของกรรมเก่าก็คือ เป็นสิ่งที่ทำให้เราได้เป็นเรา ณ ปัจจุบันเท่านั้น ประสบการณ์ทั้งหมดจะมีผลต่อเราอย่างไรอยู่ที่การรับรู้และการตีความของเรา ณ ปัจจุบัน และสิ่งที่เราจะตัดสินใจและลงมือทำตอนนี้จะเป็นแบบไหน และในอนาคตเราจะเอาอย่างไร “เป็นฝีมือของเราเองล้วนๆ” ครับ อย่างโทษกรรมเก่า หรือคนอื่น หรือสิ่งแวดล้อมเลยครับ ไม่มีใครทำให้เราเป็นอย่างที่เราเป็นได้ นอกจากตัวเราเอง “ชีวิตเป็นของเรา จึงเลือกเป็นตัวของตัวเอง” ครับ

2. คนเราทุกคนมีชีวิตอยู่อย่างมีเป้าหมายกันทุกคน เพียงแต่ว่าเป้าหมายนั้นตนเองเป็นผู้กำหนดหรือไม่ มีความชัดเจนเพียงใด ยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงได้ไหม และจะพูดออกมาหรือไม่เท่านั้น เป้าหมายชีวิตของเรานั้นเป็นเป้าหมายจริง หรือเป้าหมายหลอก หรือเป็นแค่ข้ออ้างเพื่ออำพรางตนเอง หรือแก้ตัวไปวันๆ ดังนั้นถ้าต้องการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า มีความหมาย และเพื่อความสำเร็จในชีวิตแล้ว ต้องหาเป้าหมายชีวิตของตนเองให้เจอ และกล้าที่จะเปลี่ยนแปลงเพื่อเป้าหมายที่กำหนดไว้ ดังที่ผู้เขียนเคยกล่าวไว้ว่า “คนที่เดินทางโดยไม่รู้จะไปไหน (ไม่มีเป้าหมาย) จะไม่มีวันถึงจุดหมายปลายทาง” (สมาน อัครวุฒิ, 2539)

3. ความรู้ ทักษะ เจตคติ และประสบการณ์ในอดีตอาจจะเป็น “พลังสำรอง” ในการตัดสินใจและเดินทางต่อไปของชีวิต แต่เราจะใช้เพียงแค่พลังสำรองที่เรามี เราก็ไม่มีวันที่จะทำได้ดีกว่าที่เคยทำมา จึงไม่อาจจะสร้างความเปลี่ยนแปลงและความแตกต่างให้กับชีวิตของตนได้

4. ผู้เขียนเห็นว่า “เราทุกคนโชคดีมากที่ได้เกิดเป็นคน และไม่รู้ว่าชาติไหนจะได้เกิดอีก และเกิดแล้วจะได้เป็นคนอีกไหม” แต่ชาตินี้เป็นคนแล้ว จึงควรที่จะใช้ความเป็นคนให้คุ้มและมีคุณค่าที่สุดครับ และจำไว้ว่า “กรรมเก่าเป็นแค่ปัจจัยที่ทำให้เราได้เกิดในชาตินี้ และแบบนี้ ส่วนชีวิตที่เหลือในชาตินี้จะเป็นอย่างไร เป็นฝีมือของเราเองทั้งสิ้น” โปรดอย่าโทษฟ้าดิน หรือคนอื่นครับ

5. คิดได้ให้ลงมือทำทันทีครับ

## การนำใช้แนวคิดในชีวิตและการทำงาน

โดยภาพรวมๆ แล้ว การดำรงชีวิตของคนเราประกอบด้วยสองส่วนใหญ่ๆ คือ “การดำรงชีวิตและการทำงาน” ในการทำงานนั้นท่านอาจจะทำงานส่วนตัว เป็นลูกจ้างคนอื่น หรือเป็นข้าราชการ ซึ่งไม่ว่าท่านจะทำงานอะไร ผู้เขียนเชื่อว่าแนวคิดที่นำเสนอมาข้างต้นจะส่งผลสำคัญต่อวิธีการทำงานของท่านไม่มากนักน้อย ถ้าท่านเชื่อเรื่องกรรมเก่ามีอิทธิพลต่อชีวิตแบบแก้ไขไม่ได้ตามแนวคิดของ Freud ท่านก็จะมีแนวปฏิบัติในการทำงานอีกแบบหนึ่ง และถ้าเพื่อนร่วมงานเป็นแบบนี้ก็จะมีวัฒนธรรมการทำงานขององค์กรแบบหนึ่ง ส่วนในทางตรงกันข้ามหากท่านเชื่อว่ากรรมเก่าเป็นแค่ปัจจัยที่ส่งผลให้ท่านมาถึงปัจจุบันและที่กำลังเป็นอยู่เท่านั้น ส่วนต่อจากนี้ไปจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจและการกระทำของตนเองเท่านั้น วิธีทำงานของท่านก็จะเปลี่ยนไปทันที ยิ่งถ้าเพื่อนร่วมงานในองค์กรมีความเชื่อและวิถีชีวิตแบบนี้แล้ว เชื่อว่าวัฒนธรรมในการทำงานในองค์กรของท่านจะเป็นการทำงานเชิงรุกแน่นอนครับ

การนำใช้แนวคิดในการดำเนินชีวิตนั้นมีสองลักษณะคือ ชีวิตส่วนตัว และชีวิตทางสังคม สำหรับการนำใช้แนวคิดในชีวิตส่วนตัวแล้วไม่ใช่เรื่องยากเลยครับ ท่านเชื่อแบบไหนก็ทำตามความเชื่อมันได้เลย บทความนี้เป็นเพียงข้อมูลประกอบการตัดสินใจที่จะทำต่อไปเท่านั้น ท่านจะเลือกแบบไหนก็เป็นเอกลักษณ์ของชีวิตครับ แต่ถ้าท่านประสงค์จะเปลี่ยนแปลงจากแบบของ Freud เป็น Adler ผู้เขียนขอให้อ่านใจ และบทความนี้น่าจะเป็นข้อมูลประกอบการตัดสินใจของท่านได้ดียิ่งขึ้น ขอแต่ไม่ควรลังเลครับ คิดได้ทำทันทีครับ

การนำใช้แนวคิดนี้ในทางสังคม ถ้าเป็นสังคมส่วนตัว คือครอบครัวและญาติมิตร ผู้เขียนขอฝากให้นำไปขยายต่อ ช่วยกันคิดและตัดสินใจว่าควรเชื่อและทำอย่างไรกันต่อไปครับ อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น เอาครอบครัวเป็นที่ตั้งนะครับ ส่วนการนำใช้ในสังคมทั่วไป ผู้เขียนขอฝากแนวคิดนี้ไว้เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ครับ เพื่อช่วยเปลี่ยนแปลงสังคมไทยได้บ้าง แต่ในทางปฏิบัตินั้น ถ้าเพื่อนในสังคมท่านเห็นด้วยกับแนวคิดของ Adler ก็ลองนำไปทดลองใช้ในการดำเนินกิจกรรมของกลุ่มนะครับ ถ้าเพื่อนไม่เอาด้วย ก็ให้ถือเสียว่าเป็นความรู้ระดับกลุ่มก็แล้วกันครับ

ท้ายนี้ผู้เขียนก็หวังว่าแนวคิดจากบทความนี้คงจะเป็นทางเลือกใหม่สำหรับผู้อ่านและผู้สนใจทั่วไปครับ แต่ถ้าสิ่งที่น่าสนใจข้างต้นเป็นเรื่องเก่าสำหรับท่าน ผู้เขียนก็ต้องขออภัยที่เอามาพรวนห้าวมาขายสวนให้กับนักวิชาการนะครับ

## บรรณานุกรม

สมาน อัครภูมิ. (2553). **บทเรียนจากชีวิต: เส้นทางสู่ความสำเร็จ**. อุบลราชธานี: อุบลกิจ ออฟเซทการพิมพ์.

\_\_\_\_\_. (2539). **รู้งาน รู้ชีวิต**. อุบลราชธานี: ยงสวัสดิ์การพิมพ์.



โยชูเกะ, พนิดา เขียวอุไร. (2515, แพล). **กล้าที่จะถูกเกลียด**. เขียนโดย Ichiro Kishimi and Fumitake Koga. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์วีเลิร์น.

Carley, Steven G. (2015). **Alfred Adler: Individual Psychological Theory**. SGC Kindle Edition, Amazon.com.

Feldman, Robert S. (1996). **Understanding Psychology**. 4<sup>th</sup> ed. Boston: McGraw Hill.

Journal Psyche. (2017). Freud's Model of the Human Mind. Available online, retrieved from [www.journalpsyche.org/understanding-the-human-mind/](http://www.journalpsyche.org/understanding-the-human-mind/) retrieved on March 1, 2017.