

## ปกิณกะ

# คนยุคใหม่ควรเป็นคนอย่างไร

## สุพัตรา ตันติลีปกร

ประจำ พบ. ช่วยราชการ กองวิทยาการ กรมแพทยทหารบก

ในปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วจนทำให้ บิดา มารดา ครู อาจารย์ ญาติผู้ใหญ่ ท้อแท้ใจในการอบรมสั่งสอนเด็ก เด็กและผู้ใหญ่ควรมีการปรับตัวอย่างไร เพื่อให้อยู่กันอย่างสันติ คนในยุคปัจจุบันควรมีคุณลักษณะ 3 ประการขึ้นไป ที่จะอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพ เป็นประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติต่อไป

### คุณลักษณะ 3 ประการ ของคนยุคใหม่ควรเป็น

1. **เป็นคนดี** ทั้งทางกาย วาจา และใจ (กริยา ท่าทาง เหมาะสม พุดจาไพเราะ และมีจิตใจงาม) ทั้งต่อหน้าและลับหลังผู้อื่น บิดา มารดา และญาติผู้ใหญ่ เป็นผู้ที่ฝึกเด็กตามขั้นตอนของการพัฒนาการ และมีการฝึกอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้เป็นผู้ใหญ่บางครั้งก็ต้องฝึก เพราะมีสิ่งยั่วยุไปในทางไม่ดี ต้องทำจิตใจให้หนักแน่น

#### ขอยกตัวอย่าง

1.1 สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี (สมเด็จพระย่า) ทรงตรัสไว้ว่า

#### 1.1.1 คนดี

คนดีของฉันทรี จะต้องเป็นคนไม่พุดปด ไม่สอพลอ ไม่อิจฉาริษยา ไม่คดโกง และไม่มีความทะเลาะทะเลาะอย่างบ้าๆ แต่พยายามทำหน้าที่ของตนให้ดี

#### 1.1.2 คนกับดอกไม้

ต้นไม้หนึ่งคนคล้ายคน ต้นบางต้นนั้นไม้ได้ปลูกด้วยเมล็ด แต่ไปซื้อต้นเล็กๆ ที่เขาเพาะแล้วมาปลูกแต่มันก็งามและแข็งแรงดี เพราะอะไรหรือ? เพราะคนที่เขาขายนั้น เขารู้จักเลือก

เมล็ดที่ดีและดินที่เขาใช้เพราะก็ดีด้วย นอกจากนั้นเขายังรู้วิธีว่าจะเพาะอย่างไร ซึ่งนั้นไม่สามารถทำได้เช่นเขา เมื่อฉันเอามาปลูกฉันก็ต้องดูแล และใส่ปุ๋ยเสมอ เพราะดินที่นี้ไม่ดีต้องคอยรดน้ำ พรวรดดินบ่อยๆ ต้องเอาหญ้าและต้นไม้ที่ไม่ดีออกไปเด็ดออกไปที่เสียทิ้ง คนเราก็คือเหมือนกัน ถ้ามีพันธุ์ดี เมื่อเป็นเด็กก็แข็งแรงฉลาด เมื่อ พ่อ แม่ คอยสั่งสอนเด็ก เอาของที่ดีเสียออกไป และหาปุ๋ยที่ดีใส่อยู่เสมอ เด็กคนนั้นก็จะเป็นคนที่ดีเจริญดีเหมือนกับต้น และดอกบานขึ้นเหล่านี้

1.2 **อาจารย์ กัญญา เชื้อพุก** อาจารย์ระดับ 8 โรงเรียนวัดสามัคคีธรรม เขตวังทองหลาง กทม. ได้บรรยาย เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2542 ว่า ตัวเธอเองมีดอกไม้ 2 ชนิด ที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ คือ

1.2.1 **ดอกบัว** เมื่อท่านทำความเคารพแบบวัฒนธรรมไทย พนมมือ จะเป็นรูปดอกบัว มีรูป 10 ดอก ส่วนใจจะเป็นเปลวเทียนสว่างไสว ซึ่งแสดงความอ่อนน้อมถ่อมตนมีสัมมาคาราวะต่อผู้ใหญ่ เป็นกริยามารยาทที่งดงามใช้ได้ตลอดเวลา

1.2.2 **ดอกพิกุล** เมื่อท่านพูดด้วยความไพเราะอ่อนหวาน ทำให้ผู้ฟังชื่นชม เหมือนกับดอกพิกุลส่งกลิ่นหอม ที่โบราณยังเคยพูดว่า เด็กคนนี้ไม่ยอมพุดกั้วดอกพิกุลจะร่วงหรือยัง

2. **เป็นคนเก่ง** เก่งในที่นี้ไม่ใช่หมายความว่าสอบได้ 1, 2 ของชั้นหรือของรุ่น แต่จะต้องเป็นคนเก่งในตัวของตัวเอง โดยไม่ต้องไปแข่งกับใคร (แข่งกับตนเอง) มีความเก่งอยู่ 3 อย่าง คือ

2.1 **เก่งภาษาไทย** เป็นภาษาประจำชาติไทย คนไทยทุกคนจึงต้องมีความรู้ในเรื่องภาษาไทย ประวัติศาสตร์ชาติไทย และวัฒนธรรมไทย จะได้มีความภาคภูมิใจ รักชาติ จะได้ไม่ถูกกลืนชาติไป รักชาติอื่นที่ไม่ได้กำเนิดท่าน

2.2 **เก่งภาษาต่างชาติ** อย่างน้อย 1-2 ภาษา เช่น ภาษาอังกฤษ ฝรั่งเศส จีน หรือ ญี่ปุ่น ซึ่งเป็นภาษากลางในการสื่อสาร ให้ได้ก้าวไกล ไม่แคบอยู่เฉพาะชาติของตนเองเท่านั้น หรือเมื่อมี

ได้รับต้นฉบับเมื่อ 9 เมษายน 2547 ได้ตีพิมพ์เมื่อ 27 เมษายน 2547

ต้องการสำเนาต้นฉบับติดต่อ พ.อ.หญิง สุพัตรา ตันติลีปกร กองวิทยาการ พบ. เลขที่ 8 ถนนศรีอยุธยา เขตราชเทวี กทม. 10400

คนต่างชาติมาท่องเที่ยวประเทศไทย จะได้อธิบายกันได้เป็นการนำเศรษฐกิจการท่องเที่ยวเข้าสู่ประเทศไทยอีกด้วย

**2.3 เก่งภาษาคอมพิวเตอร์** คอมพิวเตอร์เป็นเครื่องมือสื่อสารที่ก้าวไกลทั่วโลก จึงต้องทำความรู้จักและใช้เป็น จะได้เป็นคนไม่ตกยุค คอมพิวเตอร์มีวิวัฒนาการอยู่ตลอดเวลา จึงต้องติดตามให้ทันกับเทคโนโลยีที่ใหม่ๆ อยู่เสมอ

**3. เป็นคนมีความสุข** ไม่ว่าจะอยู่ในสถานะภาพอย่างไร เช่น บิดา-มารดา, ครู อาจารย์, นักเรียน, หัวหน้า-ลูกน้อง เพื่อร่วมงาน คนจน-คนรวย ก็มีความสุขตามอัตภาพของตนเองเป็นนักเรียน ก็มีความสุขสนุกสนานในการเรียน ถือว่าการเรียนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตไม่ต้องเคร่งเครียดให้ได้ที่ 1, ที่ 2 (แต่ก็ไม่ใช้ที่สุดท้ายประจำ) ทำงานก็เช่นกันต้องมีความสุขในการทำงาน คิดริเริ่มงานให้ใหม่ทันสมัย จึงต้องมีอุดมการณ์ อย่ายึดติดในสิ่งล่อใจ เช่น 2 ชั้นยศ ตำแหน่ง แต่คิดว่าสิ่งเหล่านี้เป็นผลพลอยได้ เมื่อท่านได้พยายามสร้างความดีตลอดเวลาแล้วท่านจะสบายใจ ถ้าท่านหวังมากเกิดผิดหวังท่านก็จะเสียใจ ไม่มีกำลังใจการทำงาน การเสียใจเป็นอารมณ์ชนิดหนึ่ง ซึ่งปัจจุบันได้กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) และมีข้อสรุปข้อหนึ่งว่า อารมณ์เป็นตัวบ่งชี้สติปัญญา และความสำเร็จในชีวิตของบุคคลยิ่งกว่า IQ. (Intelligence Quotient) และนักวิชาการสังเกตการณ์อย่างมากมายพบว่า

- บุคคลจำนวนหนึ่ง IQ สูง ผลสำเร็จในการเรียนสูง ไม่ประสบความสำเร็จในอาชีพ ชีวิต สังคม ชีวิตส่วนตัว

บุคคลจำนวนหนึ่ง IQ สูง ประสบความสำเร็จในอาชีพ มีเกียรติยศชื่อเสียงที่ป่วยเป็นโรคจิต โรคประสาท ไม่มีความสุขในชีวิต

- บุคคลจำนวนหนึ่ง IQ ปานกลาง ผลสำเร็จในการเรียนปานกลาง ประสบความสำเร็จในชีวิตและมีความสุข

แต่ก็มีบุคคลที่มี IQ สูง ผลสำเร็จในการเรียนสูง ประสบความสำเร็จในชีวิตและมีความสุข

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขนอกเหนือจากความเฉลียวฉลาดทางดานความรู้สติ ปัญญา (IQ.) และความสำเร็จในการทำงาน คำตอบหนึ่งที่ได้จากการเฝ้าสังเกตเก็บข้อมูลจากบุคคลจำนวนมากก็คือ ความฉลาดทางอารมณ์ และมีผู้สร้างแบบ

ทดสอบ เพื่อวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่เรียกว่า EQ. (Emotional Quotient) ซึ่งมีความหมายว่า

3.1 การประจักษ์รู้จักตนเองในแง่ความรู้สึก เช่น กำลังโกรธ กำลังวิตกกังวล เป็นสิ่งเตือนอันดับแรกให้เรารู้จักควบคุมตนเอง และรู้จักปรับเปลี่ยนอารมณ์ไปในทางบวก มองโลกในแง่ดี

3.2 ทักษะเกี่ยวกับคน ความสามารถในการเข้าถึงอารมณ์ของผู้อื่นมีความอ่อนโยนเข้าใจสถานการณ์สังคม ทำให้เป็นคนมีมนุษยสัมพันธ์ดี

3.3 ทักษะในการแก้ไขข้อขัดแย้ง ข้อขัดแย้งเป็นสิ่งที่ไม่มนุษย์ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ไม่ว่าจะมีความเฉลียวฉลาดเพียงไร หรืออยู่ในวัยใด จึงต้องมีการปรับตัวในการแก้ไขข้อขัดแย้ง

ในการจัดทำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) ดร.สุกฤษณ์ กุมทมาศ ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า พัฒนาคนทุกคน ทุกกลุ่มให้มีโอกาสพัฒนาเจริญงอกงามเท่าๆ กัน ในด้านต่างๆ เช่น การศึกษา อาชีพ ภายใต้ระเบียบแบบแผนของบ้านเมือง โดยเน้นที่ความสุข สมบูรณ์ ทางสมอง อารมณ์ ความอบอุ่นของครอบครัว เป็นผลให้เขาสามารถใช้ความพัฒนาเหล่านั้นส่งเสริมเศรษฐกิจสังคม และการปกครองของประเทศให้ยั่งยืน จึงจะเป็นการพัฒนาคนอย่างแท้จริง และถาวร และคิดว่าแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 9 ก็ควรจะเน้นความสุขสมบูรณ์ต่อเนื่องไปอีก

ถ้าพวกเราทุกคนเป็นคนยุคใหม่ที่เป็นคนดี คนเก่ง คนมีความสุข ก็จะช่วยในการพัฒนาสังคม ประเทศชาติ ให้รุ่งเรืองตลอดไป

**เอกสารอ้างอิง**

1. จ่านง ทองประเสริฐ หลักการเอาชนะอุปสรรค. นนทบุรี : สำนักพิมพ์วิศคอม. 2540
2. สุทธิพงษ์ ศรีวิชัน (ดร.) เอกสารแถลงข่าวทางเดิน ปีที่ 36 ฉบับที่ 102 ก.ย.-ต.ค. พ.ศ. 2543
3. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมชาติ ฉบับที่ 8 พ.ศ. 2540-2544 สำนักนายกรัฐมนตรี
4. สรุปข้อเสนอแนะการจัดทำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 จากตู้ ป.ณ. 49
5. เอกสารการประชุมวิชาการสุขภาพจิต ปี 2543 เรื่อง สุขภาพจิตที่ดีด้วยอิทธิกรรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข