

## บทความ"..ความนิ่งสยบความเคลื่อนไหว "

นำเสนอเมื่อ : 25 พ.ค. 2552

ความนิ่งสยบความเคลื่อนไหว

By naiseven

ธรรมชาติมักจะมีบทเรียนต่างๆมากมายไว้คอยสอนมนุษย์  
เพียงแต่บทเรียนเหล่านั้นมาในรูปแบบที่มนุษย์จะต้องนำไปเปรียบเทียบกับประยุกต์ใช้ให้เข้ากับชีวิต  
และเมื่อมนุษย์รู้จักนำไปเปรียบเทียบกับแล้ว ก็จะทำให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้ดังเช่นธรรมชาติ นั้นๆ  
ยกตัวอย่างเช่น บทเรียนของก้อนหิน

เราเคยเห็นก้อนหินก้อนใหญ่ที่ตั้งตระหง่านอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมในสภาวะต่างๆ  
ไม่ว่าสภาพแวดล้อมเหล่านั้นจะเลวร้ายแค่ไหน ก้อนหินก้อนนั้นก็ยังคงดูสงบนิ่ง แข็งแกร่ง  
และตั้งตระหง่านอยู่เช่นเดิม  
ไม่ไหวาก่อนหินก้อนนั้นจะไม่ได้รับความเสียหายจากสภาวะแวดล้อมที่ทำลายไป  
เพราะในความเป็นจริงแล้วทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมีความสึกหรือไปตามกาลเวลา  
เพียงแค่มั่นคงสงบนิ่งจนทำให้เราไม่เห็นความเสียหายเท่านั้นเอง

ชีวิตมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน  
ถ้าเรารู้จักที่สงบนิ่ง แม้ในสถานการณ์ที่เลวร้ายก็จะสามารถผ่านพ้นไปได้ด้วยดี  
เพราะความสงบนิ่งนั้นจะช่วยให้เราไม่คิด และแก้ปัญหาหนักหน่วงนั้นเอง ยกตัวอย่างเช่น  
ในการทำงานหลายๆครั้งย่อมมีปัญหา อาทิ ผู้บริหารอาจจะมีความรู้ในการควบคุมบุคคลากร  
ถ้าผู้บริหารจะปกครองด้วยอำนาจที่มีอยู่ เช่นการเรียกผู้ใต้บังคับบัญชาเข้ามาดูด้วยถ้อยคำที่รุนแรง เป็นต้น  
ความเคารพที่เกิดจากจิตใจของผู้ใต้บังคับบัญชาก็จะไม่เกิด แต่ถ้าผู้บริหารเรียกเข้ามาด้วยทาทที่ที่สงบนิ่ง  
ถามถึงสาเหตุของเหตุการณ์นั้นๆด้วยน้ำเสียงที่เรียบ ก็จะทำให้ความเคารพยำเกรงเกิดขึ้น  
เพราะมนุษย์มีความกลัวซ่อนอยู่ลึกๆภายใต้จิตใจไม่ชอบความเงียบ และสภาวะกดดัน นั้นเอง

หรืออีกตัวอย่างที่ชัดเจน เราทุกคนล้วนยอมผ่านวัยที่ต้องศึกษาเล่าเรียน  
เรามักจะเคารพเกรงกลัวอาจารย์ผู้สอนที่ดูสงบนิ่ง สุขุม ซึ่งเชื่อว่าในวัยเด็กของทุกคนจะเป็นเช่นนี้ เพราะ  
คนที่นิ่งและสุขุมนั้นก็เป็นเช่นเดียวกับหินผา ที่ดูไกลๆแล้วตั้งตระหง่านและแข็งแกร่งนั่นเอง

ในทางจิตวิทยาแล้ว ความสงบนิ่งมีผลต่อสภาวะการรับรู้และตัดสินใจของบุคคล  
เพราะจะช่วยควบคุมด้านจิตใจ ระบบไหลเวียนโลหิตให้เป็นปกตินั่นเอง

แต่บางครั้งใช้ความนิ่งที่ผิดจังหวะก็ให้เกิดผลเสีย เช่น  
ถ้าครอบครัวหนึ่งคาดหวังในการเอ็นทรานซ์ของบุตรของตน  
แต่เมื่อถึงเวลาบุตรของตนเองไม่สามารถเอ็นทรานซ์ได้ตามที่ปรารถนาไว้  
ถ้าคุณในครอบครัวนั้นเงียบก็จะทำให้บุตรเสียใจเปรียบเสมือนเป็นการซ้ำเติมความพยายามของบุตรและอาจจะเกิดสิ่ง  
ต่างๆ ตามมาดังที่เป็นข่าวทั่วไป

โดยสรุปแล้วควรรู้ใช้ความนิ่งให้เกิดประโยชน์และเหมาะสมกับแต่ละสถานการณ์  
ประยุกต์ใช้ให้เหมาะสม เพื่อการดำรงชีวิตของบุคคลนั้นๆ จะได้ดูแข็งแกร่ง  
และตระหง่านดังหินผาที่ตั้งอยู่ได้ไม่ว่าจะอยู่ในสภาวะที่เลวร้ายเพียงใดก็ตาม.

# PSYCHOLA ไชโคล่า

Sharing-based Psychology Community