

## บทเรียน...บทจำ

นำเสนอเมื่อ : 19 มิ.ย. 2552

ข้อคิด...เพื่อชีวิตพัฒนา

ในช่วงชีวิตของแต่ละคน ย่อมผ่านประสบการณ์ เห็นความดี ไม่ดี ความเจ็บ ความปวด ความสุข ความสบาย ความทุกข์ และความเศร้ามาไม่มากก็น้อย ทำให้ชีวิตเราได้สัมผัสทักษะในแต่ละเรื่องมา จึงควรนำอดีตมาเพื่อพัฒนาตนเอง

**บทเรียน** เป็นสิ่งที่เราจะต้องศึกษาว่าบทเรียนชีวิตที่ผ่านมา ควรจะนำมาเป็นบทเรียนในการพัฒนาตนเองหรือไม่

**บทจำ** เป็นสิ่งที่เราจะต้องจำไว้ในใจ เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจให้เราระมัดระวังบทเรียนในอดีตที่ฝังใจ ที่ทำให้เราต้องเสียใจ ก็ควรใส่ใจไม่เหินห่างอีก

**บททำ** เป็นสิ่งที่เราจะต้องแก้ไขปรับปรุงตัวตนของเรา ไม่ให้มีบทเรียนที่ไม่ดี จนทำให้เราจำติดใจ คิดถึงยามใด ใจต้องผวา เราจะต้องทำไม่ให้เกิดขึ้นกับเรามากอีก

**บทประเมิน** เป็นสิ่งที่เราจะต้องนำมาพิจารณาแก้ไข ประเมินผลว่าเราได้พัฒนาตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิมหรือไม่ หรือยังจะต้องมีบทเรียนที่ต้องจำ ทำให้ใจต้องช้ำระทมอีกหรือไม่

การนำบทเรียน บทจำ บททำ และบทประเมิน มาพัฒนาตนเองก็เป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้เรามีการพัฒนาชีวิตด้วยตนเอง ฝึกตนเอง วิเคราะห์ตนเองด้วยตัวของตัวเอง แล้วความสุข ความเจริญเราก็จะรู้เอง ไม่ต้องไปถามใคร