

Power of Less

กุลฉัตร ฉัตรกุล ณ อยุธยา (kulachatrakul@gmail.com)

Chief Marketing Officer บริษัท มาร์เก็ตติ้งได้อ็อกไซด์ จำกัด

สุดสัปดาห์นี้ผมได้อ่านหนังสือสุดยอดเยี่ยมหนึ่ง เป็นเรื่องเล่าประสบการณ์ตรงที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงนิสัยและวิถีชีวิตของตัวเองกับการปฏิวัติการใช้ชีวิตที่ไร้สาระไปกับงานจำนวนมากที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์อันใด เขาจึงหันมาเปลี่ยนแปลงชีวิตให้เฟลิดเฟลินไปกับงานที่เขาควบคุมได้ด้วยตนเอง ผลลัพธ์ก็คืองานจำนวนมากต่อวันกลับลดลงเหลือเพียงแค่งานสามอย่างที่สำคัญเท่านั้นและเพียงพอต่อการที่เขาจะดำเนินชีวิตเพื่อแลงมาซึ่งเงินตราเพราะจะเป็นสามงานที่ทรงคุณค่าเนื่องจากทำด้วยความตั้งใจที่จดจ่ออยู่กับงานที่เลือกเพียงเท่านั้นและเขาก็ได้พบกับความมหัศจรรย์ของงานจำนวนน้อยๆ ซึ่งมีพลังอย่างเหลือเชื่อและมีเวลาเหลือพอที่จะแบ่งปันความรู้ให้กับเราใน “The Power Of LESS” ความลับที่คนงานยุ่งตลอดเวลาไม่เคยรู้ว่า “การทำน้อยแล้วได้มาก” นั้นให้ผลลัพธ์ที่เพิ่มพูนขึ้นเสมอ

Leo Babauta คือ ผู้เขียนคนหนึ่งที่กลั่นกรองทักษะการทำน้อยแล้วได้ผลลัพธ์ที่มากและดีขึ้นกว่าเดิม เขายืนยันสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเอง ผมได้นำเอาแนวคิดของเขามาถอดบทเรียนแล้ววิเคราะห์ให้ผู้อ่าน Crisis Watch พิจารณาประยุกต์ใช้กัน เรามีทางเลือกจำนวนมากมายที่ไม่ต้องไปทนทุกข์ร้อนกับงานของคนอื่นเพียงเพื่อตำแหน่งและเงินตราที่เราคิดว่ามหาศาลแต่กลับให้ผลลัพธ์ที่ไม่ได้เรื่องอยู่บ่อยๆ ถ้าเราเริ่มใช้ชีวิตแบบลีโอ เราก็คงพบว่าชีวิตที่พันพันหนากการจากโชตรวนการทำงานและมีความสุขมากมายจากงานเพียงสองสามชนิดที่เราเลือกแล้วว่า “ใช่” ซึ่งมันจะทำให้คุณมีความสุขกับงานเพราะเป็นงานที่ถนัดและรักที่จะทำ ซึ่งลีโอได้คำแนะนำว่าชีวิตของคนเรายิ่งเหยิงก็เพราะเราปราศจากความเรียบง่ายในชีวิตประจำวัน เขาจึงทำให้ชีวิตให้เรียบง่ายขึ้น เริ่มจากการปฏิเสธการซื้อหาสิ่งของฟุ่มเฟือย ลดจำนวนของสิ่งเร้า ตัดทอนความสะดวกสบายบางอย่างออกไป ลดการพึ่งพาผู้อื่นทำให้ใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า นั่นคือ จุดเริ่มต้นเล็กๆ ของการใช้ชีวิตในแบบฉบับของลีโอ

จากนั้นลีโอบอกว่า การทำงานของเขาดำเนินการอยู่เพียงสองอย่างเท่านั้น คือ **“มองหาสิ่งสำคัญและการสร้างข้อจำกัด”** แนวคิดนี้เกิดจากการทำไปทีละอย่าง Focus เพียงเป้าหมายหนึ่งเดียวแล้วทุ่มเทพลังสุดหัวใจไปยังงานนั้น ซึ่งเป็นวิถีแบบ เซน (Zen Habits) ที่เขาเป็นเจ้าของบล็อกยอดนิยม โดยมีรายละเอียดของหลักการ 6 ข้อดังต่อไปนี้ **สร้างข้อจำกัด** เราจะพบว่าการทำงานที่ละหลายๆ ชิ้น นอกจากงานจะไม่เป็นเรื่องแล้ว เกิดความเสียหายขึ้นกับงาน ผู้ว่าจ้างก็ไม่พึงพอใจ เสียชื่อเสียงที่อุตสาหกรรมมา จึงสร้างข้อจำกัดให้กับตัวเอง เช่น จะปิดเมลล์จากกล่องขาเข้าเพียงวันละ 3 เมล์ เท่านั้นหรือเดือนนี้ทั้งเดือนขอทำเพียงงานเดียวก็เพียงพอ **เลือกแต่สิ่งสำคัญ** จากนั้น Focus เลือกแต่เรื่องที่สำคัญเท่านั้น โดยประเมินจากสิ่งที่จะสร้างชื่อเสียงให้เราได้ยาวนานหรือสร้างรายได้ระยะยาวให้หรือเลือกเรื่องที่มีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและมวลมนุษยชาติ **ทำให้เรียบง่าย** การทำให้งานที่คุณเลือกแล้วว่าสำคัญที่สุดออกมาแล้ว จึงทำมันอย่างตั้งใจให้ดีที่สุด แล้วจึง **จดจ่ออยู่กับมัน** ตั้งสติการทำงานให้ดีที่สุดเสมือนว่าเป็นงานชิ้นสุดท้ายที่จะได้ทำแล้วพลังแฝงจะปรากฏ **สร้างนิสัยให้เกิดขึ้น** เป็นประจำบ่อยครั้งเข้าก็จะเริ่มเคยชินกับมัน แต่จงจำไว้ว่าการทำงานทั้งหมดควร **เริ่มจากสิ่งเล็กๆ ให้สำเร็จก่อน** เพราะสิ่งเล็กๆ จะสำเร็จง่ายกว่า ซึ่งเป็นความภูมิใจเล็กๆ ที่จะหมายถึงความสำเร็จครั้งต่อไปอีกหลายต่อหลายครั้ง

จากแนวคิดทั้ง 6 ของลีโอได้อาศัยธรรมะในทางพุทธศาสนาอย่างชัดเจน จะเห็นได้ว่าลีโอเดินรอยตามวิถีพุทธนิยายเซน (Zen Buddhism) ที่มีความเรียบง่าย (Simplicity) อีกทั้งยังอาศัยหลักของท่าน ว.วชิรเมธี “เดี่ยวทีละคำ ทำทีละอย่าง” การทำให้สำเร็จเสร็จสิ้นไปทีละเรื่อง ผสมผสานกับแนวคิดของ “เลโอ ตอลสตอย” งานที่สำคัญที่สุดในชีวิต คือ “งานที่อยู่ตรงหน้า” และใช้หลักการของพุทธศาสนา คือ “อิตตาหิ อิตตโน นาโถ” ด้วยการ “พึ่งพาตนเอง” และทำที่ลู่ ใช้หลักการ

ของเศรษฐกิจพอเพียง คือ ลดการซื้อหาสิ่งที่เกินพอดี ประหยัดรู้จักพออย่างประมาณตนเองแต่ก็เลือกที่จะทำในสิ่งที่ไม่
เบียดเบียนตนเองจนเกินไปนัก หลักการของลีโอ คือ ทำชีวิตให้สมดุลแล้วชีวิตจะยืนยาวนั่นเอง
