ເພາະຊີວິດ
ຄືການຮຽນຮູ້

" ທຸກການປ່ຽນໃນຊີວິດກໍປຽບເໝືອນ
ນ້ຳທີ່ຄອຍຫຼໍ່ລ້ຽງຕົ້ນໄມ້ໃຫ້ເຕີບໃຫຍ່
ແຂງແຮງ, ງົດງາມ ແລະ ສົມບູນ "

Be whoever you want to be but good & proud

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ຄະນະຈັດທຳ

ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

ຂຽນໂດຍ: ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ພິສູດອັກສອນ: ດຣ. ສີສະຫລຽວ ສະແຫວງສຶກສາ

ອອກແບບໂດຍ: ວິໂລດ ເບີຍປານປິຕຸເລດ

ຕີພິມໂດຍ: ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ບໍລິຫານງານໂດຍ: ສົມພອນ ສອນທະໂນໄຊ

ພິມທີ່: ໂຮງພິມສີສະຫວາດ

ພິມຄັ້ງທີ: I

ຈຳນວນ: 2,000 ຫົວ

ຂະໜາດ: 11,5 X18 ຊມ

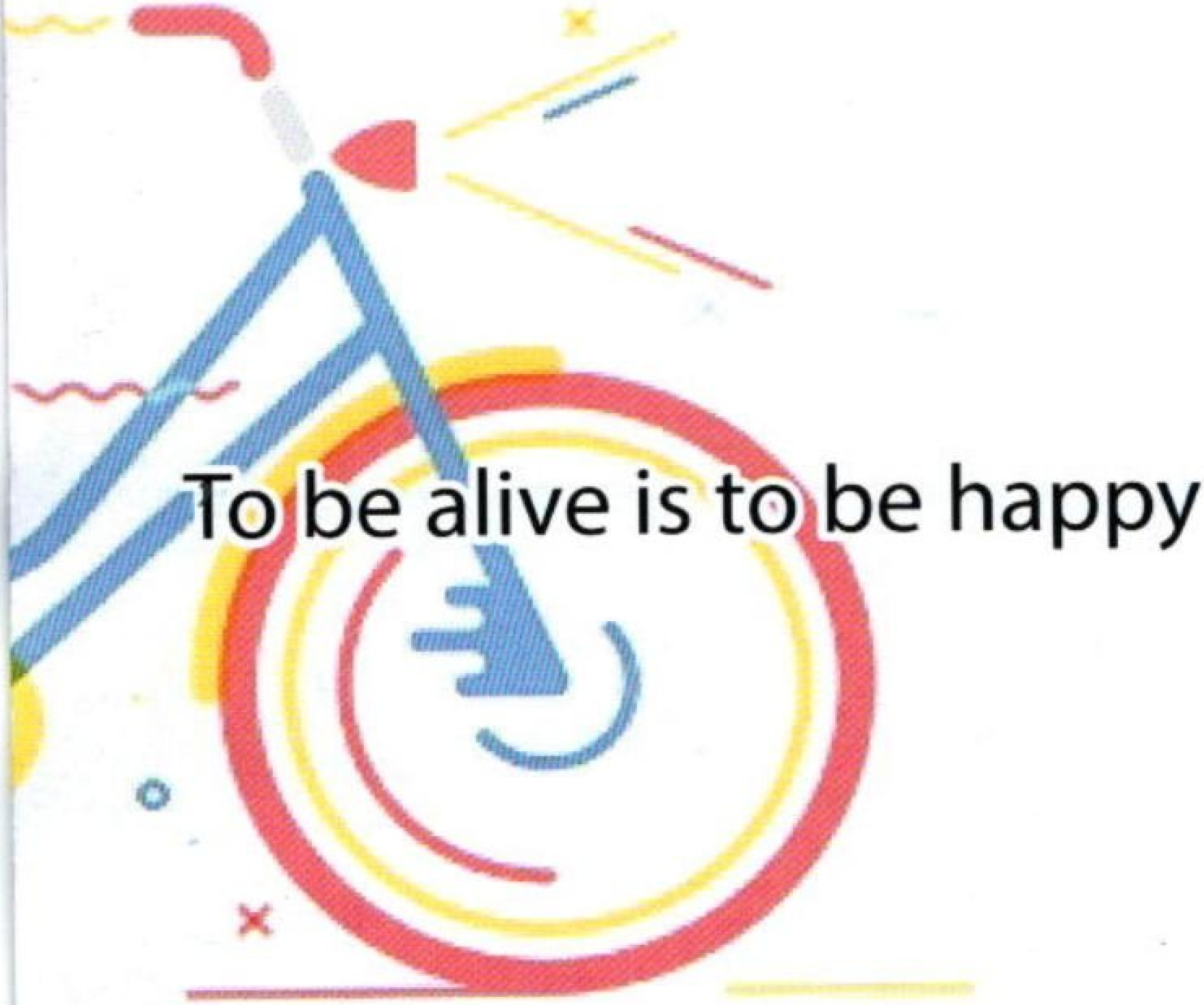
ຈຳນວນໜ້າພິມ: 118 ໜ້າ

ທະບຽນພິມ: 472/ພຈ21112014

ສະຫງວນລິຂະສິດ

"ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ


To be alive is to be happy

ເພາະຊີວິດ
ຄືການຮຽນຮູ້

" ທຸກການປ່ຽນໃນຊີວິດກໍປຽບເໝືອນ
ນ້ຳທີ່ຄອຍຫຼໍ່ລ້ຽງຕົ້ນໄມ້ໃຫ້ເຕີບໃຫຍ່
ແຂງແຮງ, ງົດງາມ ແລະ ສົມບູນ "

Be whoever you want to be but good & proud

ຂັ້ນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ເພາະຊີວິດ ຄືການຮຽນຮູ້

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

2015

ຄະນະຈັດທຳ

ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

ຂຽນໂດຍ: ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ພິສູດອັກສອນ: ດຣ. ສີສະຫລຽວ ສະແຫວງສຶກສາ

ອອກແບບໂດຍ: ວິໂລດ ເບີຍປານປີຕຸເລດ

ຕີພິມໂດຍ: ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ບໍລິຫານງານໂດຍ: ສົມພອນ ສອນທະໂນໄຊ

ພິມທີ່: ໂຮງພິມສີສະຫວາດ

ພິມຄັ້ງທີ: I

ຈຳນວນ: 2,000 ຫົວ

ຂະໜາດ: 11,5 X18 ຊມ

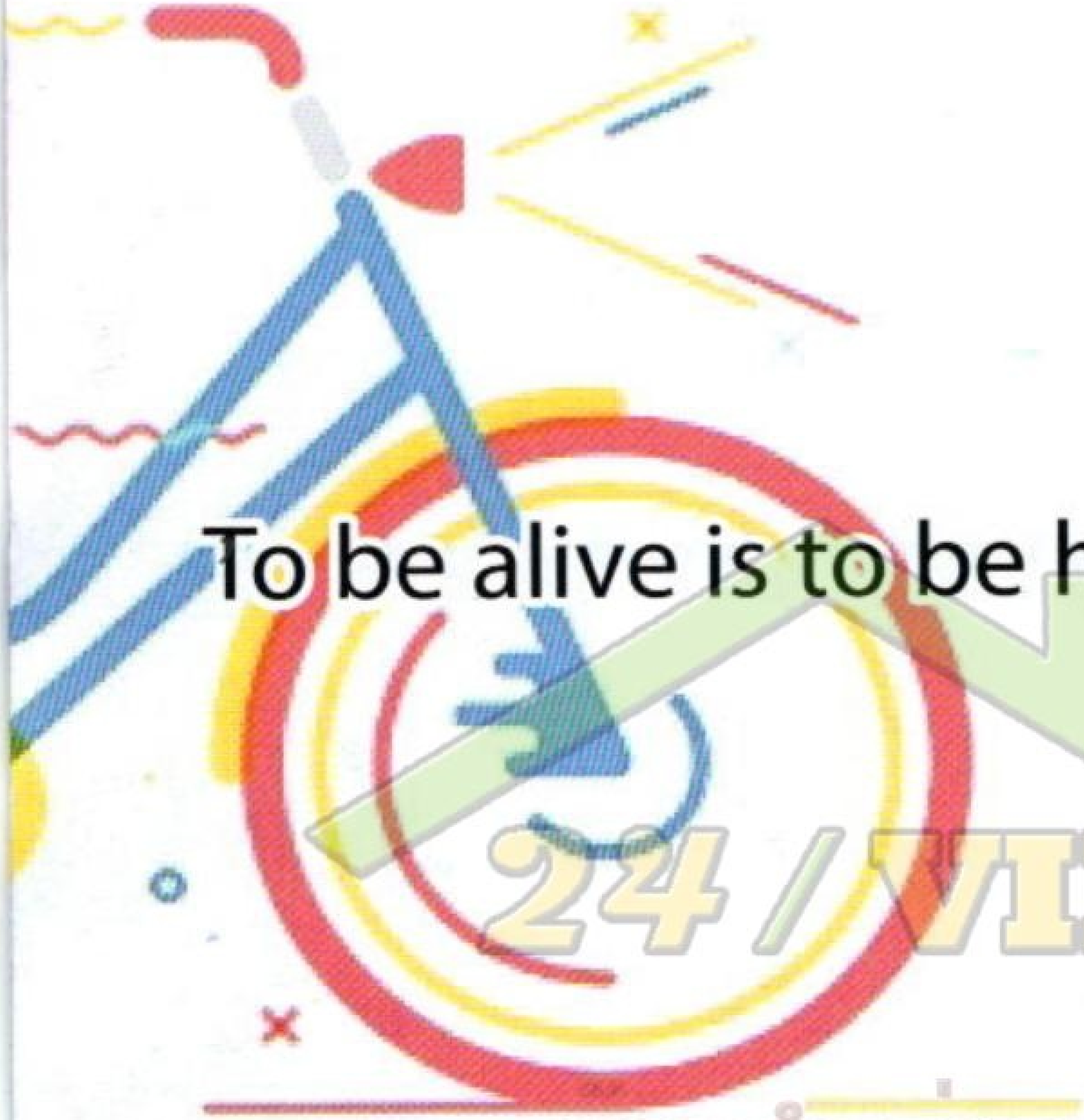
ຈຳນວນໜ້າພິມ: 118 ໜ້າ

ທະບຽນພິມ: 472/ພຈ21112014

ສະຫງວນລິຂະສິດ

"ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"

ຂັ້ນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ



24 / VII
ຫ້າມຈຳໜ່າຍ

“ການມີຊີວິດຢູ່ຄືການມີຄວາມສຸກ”

ຄໍາເຫັນ

ເມື່ອຫຼານ **ຂັນປະເສີດ** ສະເໜີໃຫ້ຂຽນຄໍາເຫັນພໍຫອມປາກຫອມຄໍ ຍອດໃສ່ປຶ້ມໂຮມຄະຕິ ເພື່ອຊີວິດ " **ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"** ຫົວນີ້ ນັ້ນກໍພໍດີຂ້າພະເຈົ້າບັງເອີນ ມີວຽກລົ້ນມື ຈຶ່ງຈໍາເປັນຕ້ອງແຊ່ເຢັນໄວ້ເຫິງເກີນຄວາມຈໍາເປັນ. ແຕ່ການແຊ່ເຢັນດັ່ງກ່າວ ພັດໃຫ້ໂອກາດໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້າປີດອ່ານມື້ໜ້າ-ສອງໜ້າ, ອ່ານຊ້າໆພິຈາລະນາໄປແຕ່ລະຖ້ອຍຄໍາ ຈຶ່ງເຫັນວ່າ ຫຼານສາວມີຄວາມພະຍາຍາມ ບໍ່ແມ່ນຂອງຄ່ອຍເພື່ອຈັດສັນກັ່ນຕອງປະໂຫຍກຄໍາເວົ້າທີ່ໃຫ້ຄະຕິອັນມີຄຸນຄ່າສໍາລັບຊີວິດ ອອກມາລຽນເປັນພາກ ຕາມຫົວຂໍ້ສະເພາະເພື່ອໃຫ້ເລືອກ ອ່ານໄດ້ຕາມໃຈມັກ ຄ້າຍໆກັບການເລືອກ ເບື່ອງອາຫານຢູ່ຮ້ານອາຫານຕາມສັ່ງ.

ປຶ້ມໂຮມຄະຕິພົດ ອະມະຕະວາຈາ ເພື່ອຊີວິດ ຫຼື ສຸພາສິດສອນໃຈ ໃຫ້ປັນຍາພາຊີວິດກ້າວສູ່ຜົນສໍາເລັດນີ້ ຢູ່ບ້ານເຮົາຍັງມີຄົນຈັດພິມເຜີຍແຜ່ໜ້ອຍ, ທີ່ມີກໍ່ລ້ວນແຕ່ເປັນຜົນງານຂອງຜູ້ມີທັງໄວວຸດທິ ແລະ ຄຸນວຸດທິ ຜູ້ທີ່ມີຜົນສໍາເລັດໃນລະດັບແນ່ນອນໃນຊີວິດ ຕ່າງກັບປຶ້ມ "ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້" ເຊິ່ງຄອດອອກມາໃນຂະນະຜູ້ແຕ່ງຍັງຢູ່ໃນເຍົາໄວ ແລະພວມໝົກໝົ້ນກັບການສຶກສາຢູ່ຕ່າງແດນ. ນີ້ລະຄືບຸດທີ່ຂ້າພະເຈົ້າລັກຊົມເຊີຍຢູ່ງຽບໆ ແລະ ຕັ້ງຄວາມຫວັງເອົາໄວ້ວ່າຫຼານຂັນປະເສີດ ຈະສືບຕໍ່ກ້າວໄປໄດ້ໄກໃນອຸດທິຍານອັກສອນສິນໃຕ້ຟ້າເມືອງລາວຂອງພວກເຮົາ.

ເຖິງຈະມີການຈັດສັນເປັນພາກຕາມຫົວຂໍ້, ແຕ່ເນື້ອໃນຂອງປຶ້ມຫົວນີ້ ກໍ່ລວມເປົ້າໝາຍເປັນໜຶ່ງດຽວຄື: ເຕືອນຄົນເຮົາບໍ່ໃຫ້ຍົກທຸງຂາວ ຍອມຈໍານົນຕໍ່ອຸປະສັກບົນເສັ້ນທາງແຫ່ງ

ຊີວິດ, ເພາະຊີວິດມີຄຸນຄ່າອັນປະເສີດເລີດລ້ຳກວ່າສິ່ງໃດໝົດ, ຄົນເຮົາຕ້ອງມີຈິດໃຈເຂັ້ມແຂງ ຜ່ານຜ່າພາຍຸລົມແດງ, ຕ້ອງຮູ້ເພິ່ງຕົນເອງກຸ້ມຕົນເອງ ສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງດ້ວຍຕົນເອງ, ຮູ້ຫັນອຸປະສັກ ແລະ ສິ່ງທ້າທ້າຍໃຫ້ກາຍເປັນໂອກາດຍາດເອົາຜົນສຳເລັດໃຫ້ໄດ້.

ຂ້າພະເຈົ້າກ້າຮັບປະກັນວ່າປຶ້ມ " ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້" ຫົວນີ້ ຈະໃຫ້ປະໂຫຍດບໍ່ຫຼາຍກໍ່ໜ້ອຍ ສຳລັບຜູ້ອ່ານທຸກເພດໄວ ຈາກທຸກຊັ້ນຄົນ ທີ່ຕ້ອງການຮຽນຮູ້ຄຸນຄ່າຂອງຄວາມເປັນຄົນ ເພື່ອສູ້ຊົນຜ່ານຜ່າອຸປະສັກສູ່ຜົນສຳເລັດ. ແຕ່ປຶ້ມຫົວນີ້ ອາດຈະບໍ່ເໝາະສົມສຳລັບຜູ້ທີ່ຕ້ອງການຄຳຂວັນດີໆ, ສຸພາສິດມ່ວນໆ ພຽງເພື່ອເອົາໄປຂຽນໄວ້ຫົວຕຽງ, ຕິດໄວ້ເຕັມຝາເຮືອນ ຫຼື ເອົາໄປເວົ້າອວດອ້າງຄົນອື່ນ. ແຕ່ບໍ່ລົງມືປະຕິບັດຕາມຫຼັກຄຳສອນທີ່ສອດຫ້ອຍຢູ່ນຳຄະຕິຊີວິດເຫຼົ່ານັ້ນ.

ຂ້າພະເຈົ້າຂໍຝາກຫຼານສາວເຊື້ອຢູ່ໃນໄວ " **ນິກຮຽນບິນ** " ຄົນນີ້ໄວ້ໃນອຸ້ງມືຂອງທ່ານຜູ້ອ່ານທຸກໆຄົນ, ຂໍຈົ່ງໄດ້ຊ່ວຍຕຳນິກໍ່ສ້າງ ເພື່ອໃຫ້ນິກນ້ອຍໂຕນີ້ປີກກ້າຂາແຂງມີຫົວຄິດປະດິດແຕ່ງຜົນງານທີ່ມີຄຸນນະພາບດີກວ່ານີ້ ອອກສູ່ສັງຄົມຕື່ມອີກໃນອະນາຄົດ.

ວິເສດ ສະແຫວງສຶກສາ

ນັກປະພັນນາມະຍົດ ສິລະປິນດີເດັ່ນ

ຜູ້ຊະນະລາງວັນຊີໄຣ (SEAWRITE AWARD)

ປະຈຳປີ 2002.

ຄຳນຳນັກຂຽນ

"ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"

ອຸປະສັກໃນຊີວິດເປັນສິ່ງທີ່ທຸກຄົນບໍ່ປາຖະໜາຢາກພົບ

ແຕ່ກໍ່ເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່ມີໃຜສາມາດຫຼີກລ້ຽງໄດ້ເຊັ່ນກັນ

"ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"

ທັງບາດແຜຂອງຄວາມຜິດຫວັງ, ຄວາມຜິດພາດ

ຫຼື ຄວາມທໍ້ແທ້ ທັງຄວາມປິຕິຍິນດີກັບຄວາມສຸກ,

ຄວາມສຳເລັດ ຫຼື ຄວາມສົມຫວັງ

ຕ່າງກໍ່ເປັນບົດຮຽນ, ເປັນປະສົບການອັນມີຄ່າທີ່ສຸດຂອງຊີວິດ

ເພື່ອການພັດທະນາ, ການເຕີບໂຕແລະເພື່ອຊີວິດທີ່ດີກວ່າ.

ເສັ້ນທາງຂອງຊີວິດທີ່ແສນຈະຍາວໄກ

ທີ່ມີທັງສຸກ ແລະ ທຸກ

ມີທັງຄວາມຜິດຫວັງ ແລະ ຄວາມສົມຫວັງ

ເຊິ່ງນັ້ນກໍ່ເປັນເລື່ອງທຳມະດາຂອງການມີຊີວິດ
ທີ່ມີທັງຈຸດທີ່ຕ່ຳທີ່ສຸດ ແລະ ຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດ
ແຕ່ຈະມີຈັກຄົນທີ່ສາມາດດຳເນີນຊີວິດຢ່າງມີຄວາມສຸກ
ໃນເງື່ອນໄຂທຳມະດາເຫຼົ່ານັ້ນໄດ້.

ການຮຽນຮູ້ທີ່ຈະຍອມຮັບກັບເຫດການຕ່າງໆທີ່ເກີດຂື້ນ
ຄົງເປັນວິທີດຽວທີ່ດີທີ່ສຸດທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາສາມາດກ້າວຕໍ່ໄປ
ໃນເສັ້ນທາງຂອງຊີວິດໄດ້ຢ່າງພາກພູມໃຈ.

ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງທີ່ຜ່ານເຂົ້າມາໃນຊີວິດ
ກໍ່ປຽບສະເໝືອນນ້ຳທີ່ຄອຍຫຼໍ່ລ້ຽງຕົ້ນໄມ້
ໃຫ້ເຕີບໂຕ,ແຂງແຮງ, ງົດງາມ ແລະ ສົມບູນ
ເພາະບໍ່ວ່າສິ່ງທີ່ເກີດຂື້ນຈະຮ້າຍແຮງພຽງໃດ,
ມັນກໍ່ຍັງຄົງມີຈຸດໃດໜຶ່ງທີ່ເປັນຈຸດດີ

ຢູ່ທີ່ເຮົາວ່າຈະເລືອກເບິ່ງ, ຈົດຈຳ ແລະ ຮຽນຮູ້

ຈາກມັນແນວໃດເທົ່ານັ້ນເອງ.

ທຸກໆຄວາມສຳເລັດ, ທຸກໆຄວາມຜິດພາດ

ຈະເປັນບົດຮຽນ, ເປັນປະສົບການອັນດີ

ທີ່ຈະນຳພາເຮົາກ້າວໄປຂ້າງໜ້າຢ່າງຜູ້ຊະນະ.

ສຳລັບຂ້າພະເຈົ້າ, ຄວາມຜິດພາດ, ຄວາມຜິດຫວັງ

ໄດ້ກາຍເປັນເລື່ອງທຳມະດາຂອງຊີວິດໄປແລ້ວ

ເພາະຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ຮຽນຮູ້ແລ້ວວ່າ,

ໃນໂລກນີ້ບໍ່ມີໃຜທີ່ຈະສົມບູນແບບ, ບໍ່ເຄີຍຜິດພາດຫຍັງເລີຍ

ແລະທີ່ສຳຄັນຄື ... ບໍ່ມີສິ່ງໃດທີ່ແນ່ນອນ.

ເຖິງແມ່ນວ່າອະດີດທີ່ຜ່ານມາເຮົາໄດ້ເຮັດຫຍັງຜິດພາດໄປ

ມັນກໍ່ບໍ່ສຳຄັນເທົ່າກັບປັດຈຸບັນນີ້

ມັນເຮັດໃຫ້ເຮົາເຂົ້າໃຈກັບຄຳວ່າ " ຊີວິດ " ຫຼາຍຂຶ້ນ

ແລະໄດ້ສອນໃຫ້ເຮົາຮູ້ວ່າ

ເຮົາຕ້ອງໃຊ້ຊີວິດດ້ວຍຄວາມບໍ່ປະໝາດ

(ລະວັງແຕ່ບໍ່ລະແວງ).

ປື້ມເຫຼັ້ມນີ້ກໍ່ປຽບດັ່ງການນຳເອົາບົດຮຽນຊີວິດຕ່າງໆ

ທີ່ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ຮຽນຮູ້ມາເລົ່າ, ມາແບ່ງປັນແດ່ທ່ານຜູ້ອ່ານທຸກໆທ່ານ

ຂ້າພະເຈົ້າຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າປື້ມ "ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້"ເຫຼັ້ມນີ້

ຄົງເປັນອີກໜຶ່ງບົດຮຽນ, ໜຶ່ງແຮງໃຈ, ໜຶ່ງກຳລັງໃຈ

ໃຫ້ທ່ານຜູ້ອ່ານທຸກທ່ານໃນການດຳເນີນຊີວິດຢ່າງມີຄວາມສຸກ

ແລະເພື່ອຊີວິດທີ່ດີກວ່າ.

ຂ້າພະເຈົ້າຂໍຂອບໃຈທຸກໆເຫດການ, ທຸກໆອຸປະສັກ

ແລະ ທຸກໆຄວາມຫຍຸ້ງຍາກທີ່ຜ່ານເຂົ້າມາ

ທີ່ເຮັດໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້າເຂັ້ມແຂງພໍທີ່ຈະປະເຊີນໜ້າຍອມຮັບ

ແລະ ກ້າວຕໍ່ໄປ.

ຂໍຂອບໃຈຄອບຄົວ, ໝູ່ເພື່ອນທຸກໆຄົນທີ່ເປັນກຳລັງໃຈ

ແລະ ຢູ່ຄຽງຂ້າງສະເໝີ.

ຂໍຂອບໃຈທາງໂຮງພິມທີ່ໃຫ້ໂອກາດຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ສ້າງ

ອີກໜຶ່ງຄວາມຝັນໃຫ້ກາຍເປັນຈິງໄດ້.

...ຄວາມຜິດພາດຄຽວໃນຊີວິດ

ຄືການທີ່ເຮົາບໍ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ຫຍັງເລີຍ...

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ

ສາລະບານ

ຄຳເຫັນທ່ານ ວິເສດ ສະແຫວງສິກສາ

ຄຳນຳນັກຂຽນ

1. ຂໍ້ຈຳກັດຂອງຊີວິດເຮົາຢູ່ທີ່ຈິດໃຈຂອງເຮົາ.............. 2
2. ຄວາມຝັນ, ຄວາມເຊື່ອໝັ້ນ, ສ້າງສັນ ບັນລຸ.............. 9
3. ຄວາມເຊື່ອ ບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເຈົ້າເປັນຄົນດີໄດ້ ແຕ່ຫາກແມ່ນການກະທຳຂອງເຈົ້າຕ່າງຫາກ............15
4. ເຮົາບໍ່ສາມາດປະສົບຄວາມສຳເລັດໄດ້ ຫາກຂາດການວາງແຜນ..................................20
5. ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດໃນຊີວິດຄືຄວາມຮັກ..............................28
6. ຈົ່ງພັດທະນາຕົວເອງຈາກຄວາມຜິດພາດ.................35
7. ອະດີດເປັນຄູສອນ ເປັນປະສົບການ.........................41
8. ເມື່ອສິ່ງໃດທີ່ຜິດພາດ ຈົ່ງປ່ອຍມັນໄປ ແຕ່ຢ່າໄປກັບມັນ...48
9. ຄວນເປັນຄົນທີ່ດີກວ່າຄົນທີ່ເຈົ້າໄດ້ເປັນໃນມື້ວານນີ້......55
10. ບໍ່ມີບັນຫາປັນຍາກໍ່ບໍ່ເກີດ.......................................63
11. ເຮົາບໍ່ສາມາດບິນລັດໄປສູ່ຄວາມສຳເລັດໄດ້...............69

12. ຈົ່ງສະຫງົບ ແລະ ຟັງສຽງຫົວໃຈ 75

13. ການປ່ຽນແປງບໍ່ເຄີຍເປັນເລື່ອງງ່າຍ 82

14. ການມີຄວາມສຸກຄືການໄດ້ເປັນຕົວຂອງຕົວເອງ 89

15. ສ້າງແສງສະຫວ່າງຂອງຊີວິດດ້ວຍຕົວເຮົາເອງ 96

16. ຈົ່ງລືມສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເຈັບ ແຕ່ຢ່າລືມ
ສິ່ງທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ຈາກມັນ 102

17. ຈາກໃຈສູ່ໃຈ 110

18. ສິ່ງຕໍ່ຄຳວ່າ " ຮັກແທນຄຳຂອບໃຈ " 116

19. ປະຫວັດນັກຂຽນ 118

24/VII

"Your limitation is on your mind"

"ຂໍ້ຈຳກັດຂອງຊີວິດເຮົາຢູ່ທີ່ຈິດ
ໃຈຂອງເຮົາ"

" ເລືອກເກີດບໍ່ໄດ້ແຕ່ເລືອກທີ່ຈະເປັນສິ່ງທີ່ດີກວ່າໄດ້ "

ການໄດ້ເກີດມາເປັນມະນຸດນີ້ຖືວ່າໂຊກດີທີ່ສຸດແລ້ວ

ເຖິງແມ່ນວ່າທຸກຄົນຈະເກີດມາມີຕົ້ນທຶນຊີວິດທີ່ຕ່າງກັນ

ບາງຄົນກໍ່ເກີດມາສົມບູນແບບ

ທັງຮ່າງກາຍ ແລະ ຖານະທາງດ້ານຄອບຄົວ,

ບາງຄົນກໍ່ເກີດມາບໍ່ສົມບູນເທົ່າທີ່ຄວນ.

ແຕ່ຕ່າງຄົນຕ່າງກໍ່ມີຊີວິດ,ມີລົມຫາຍໃຈ,ມີຄຸນຄ່າເທົ່າກັນ

ເພາະເຮົາຕ່າງກໍ່ເກີດມາດ້ວຍຄວາມບໍລິສຸດ

ປຽບດັ່ງຜ້າຂາວທີ່ປາສະຈາກມົນທິນ.

ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຢູ່ທີ່ຕົວ,ຢູ່ທີ່ໃຈເຮົາເອງທັງນັ້ນ

ວ່າເຮົາຈະຍັງສາມາດຮັກສາຜ້າຂາວຜືນນັ້ນໃຫ້ສະອາດ

ໄດ້ ຫຼື ບໍ

ຫຼື ເຮົາຈະຕໍ່ເຕີມສີສັນຫຍັງລົງໄປແດ່.

ການມີຊີວິດທີ່ ຫຼູຫຼາ, ຟຸ້ມເຟືອຍ

ຫຼື ການມີຊີວິດທີ່ຕໍ່າຕ້ອຍ ແລະ ທຳມະດາ

ບໍ່ສາມາດວັດແທກຄຸນຄ່າຂອງຄວາມເປັນມະນຸດໄດ້

" ເພາະຄຸນຄ່າຂອງຊີວິດ

ຕ້ອງວັດແທກທີ່ລະດັບຈິດໃຈ

ແລະ ການກະທຳ "

ເຖິງແມ່ນວ່າເຮົາອາດເກີດໃນຄອບຄົວທີ່ທຸກຍາກ

ບໍ່ມີເຄື່ອງອຳນວຍຄວາມສະດວກສະບາຍ

ແຕ່ສິ່ງດັ່ງກ່າວເຮົາກໍ່ສາມາດເນລະມິດມັນຂຶ້ນມາໄດ້

ດ້ວຍຄວາມພະຍາຍາມ,ທຳມາຫາກິນດ້ວຍຄວາມສຸດຈະຫຼີດ

ບວກກັບຄວາມສາມາດ ແລະ ເວລາ

ສິ່ງຂອງດັ່ງກ່າວຄົງບໍ່ໄກເກີນເອື້ອມ

ເມື່ອຕາບໃດທີ່ເຮົາຍັງບໍ່ຍອມແພ້.

ບໍ່ວ່າເຮົາຈະເກີດມາພ້ອມກັບຄວາມສົມບູນແບບ

ຫຼື ບໍ່ສົມບູນແບບກໍ່ຕາມ

ກໍ່ຈົ່ງຢ່າໃຫ້ສິ່ງດັ່ງກ່າວກາຍມາເປັນປົມດ້ອຍ

ທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາຕ້ອງດູຖູກຕົວເອງ ແລະ ຄົນອື່ນ

ເພາະຄົງບໍ່ມີຄົນດີຄົນໃດທີ່ເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນຕົກຕ່ຳ

ເພື່ອຢາກໃຫ້ຕົວເອງສູງຂຶ້ນ.

ກົງກັນຂ້າມ, ເຮົາຈົ່ງໃຊ້ຕົ້ນທຶນຊີວິດທີ່ເຮົາມີນັ້ນ,

ທັງນ້ອຍ ແລະ ຫຼາຍ

ສ້າງມັນໃຫ້ກາຍເປັນກຳໄລ, ເປັນໝາກຜົນ, ເປັນດອກໄມ້

ທີ່ເບັ່ງບານ, ສົດໃສ ແລະ ງົດງາມ.

ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມຂາດ ຫຼື ຄວາມສົມບູນແບບ

ເຮົາຕ່າງກໍ່ຕ້ອງດຳເນີນຊີວິດ ແລະ ສູ້ເພື່ອຮັກສາສິ່ງ

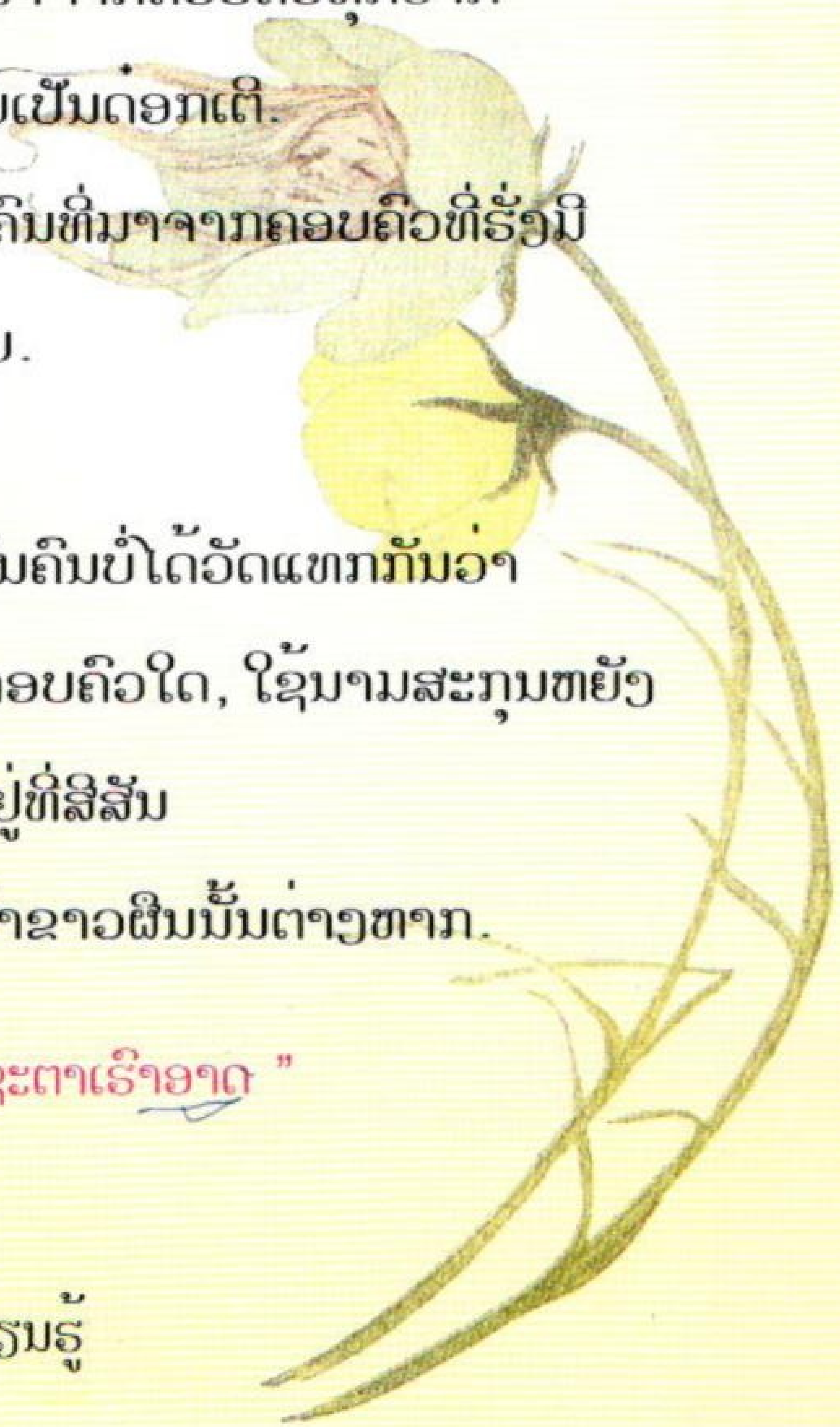
ທີ່ເຮົາມີຢູ່ ແລະ ຕໍ່ເຕີມສິ່ງທີ່ເຮົາຂາດ.

ເພາະຖ້າເຮົາປ່ອຍໃຫ້ສິ່ງທີ່ເຮົາເລືອກບໍ່ໄດ້
ຕັ້ງແຕ່ຕົ້ນ ມາກຳນົດຊີວິດທັງຊີວິດ
ເຮົາ...ແລ້ວເຮົາຈະມີຊີວິດໄປເພື່ອຫຍັງ.

ມີຕັ້ງຫຼາຍຄົນທີ່ເລີ່ມຕົ້ນຈາກການບໍ່ມີຫຍັງເລີຍ
ຈົນກາຍເປັນມະຫາເສດຖີ.
ມີຕັ້ງຫຼາຍຄົນທີ່ມາຈາກຄອບຄົວທຸກຍາກ
ຮ່ຳຮຽນຈົນກາຍເປັນດອກເຕີ.
ແລະ ມີຕັ້ງຫຼາຍຄົນທີ່ມາຈາກຄອບຄົວທີ່ຮັ່ງມີ
ແຕ່ກັບຮຽນບໍ່ຈົບ.

ຄຸນຄ່າຄວາມເປັນຄົນບໍ່ໄດ້ວັດແທກກັນວ່າ
ເຮົາເກີດມາໃນຄອບຄົວໃດ, ໃຊ້ນາມສະກຸນຫຍັງ
ມັນວັດແທກກັນຢູ່ທີ່ສີສັນ
ທີ່ເຮົາແຕ້ມລົງຜ້າຂາວຜືນນັ້ນຕ່າງຫາກ.

" ຢ່າລືມວ່າໂຊກຊະຕາເຮົາອາດ "



ຢ່າລືມວ່າໂຊກຊະຕາເຮົາອາດກຳນົດບໍ່ໄດ້

ແຕ່ຊີວິດນີ້ເປັນຂອງເຮົາ

ແລະ ເຮົາເທົ່ານັ້ນທີ່ເປັນຜູ້ກຳນົດມັນໄດ້.

“ ຈົ່ງປ່ຽນຜ້າຂາວທຳມະດາຜືນນີ້ຂອງຊີວິດ

ໃຫ້ກາຍເປັນຜ້າໄຫມຄຳລາຄາແພງ

ທີ່ຈະບໍ່ມີໃຜສາມາດຫຍຽບຢ່ຳໄດ້ ”

Dream Believe Create Achieve

ຄວາມຝັນ ເຊື່ອໝັ້ນ ສ້າງສັນ ບັນລຸ

" ການມີຊີວິດຢູ່ບໍ່ແມ່ນພຽງການໃຊ້ຊີວິດໃຫ້ໝົດໄປໃນ
ແຕ່ລະມື້ແຕ່ຫາກແມ່ນການໃຊ້ຊີວິດໃນແຕ່ລະມື້ຢ່າງ
ມີເປົ້າໝາຍ, ມີຄຸນຄ່າ ແລະ ເກີດປະໂຫຍດທີ່ສຸດ ".

ການມີຄວາມຝັນ, ການໄດ້ເດີນຕາມຄວາມຝັນ
ແລະ ຄວາມທ້າທາຍໃນການປະເຊີນໜ້າກັບບັນຫາຕ່າງໆໃນຊີວິດ
ກໍ່ເປັນອີກໜຶ່ງວິທີທີ່ບົ່ງບອກວ່າເຮົາບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຊີວິດຢ່າງຫວ່າງເປົ່າ
ແລະ ບໍ່ມີຄວາມໝາຍ.

24 / VII

ບໍ່ມີໃຜເລີຍທີ່ຈະບໍ່ເຄີຍຜິດຫວັງ, ບໍ່ມີໃຜເລີຍທີ່ຈະບໍ່ເຄີຍພົບກັບບັນຫາ
ເພາະຄົນທີ່ບໍ່ເຄີຍມີບັນຫາ, ບໍ່ເຄີຍທໍ້ແທ້, ບໍ່ເຄີຍຜິດຫວັງ
ບໍ່ແມ່ນຄົນທີ່ວາງແຜນຊີວິດດີ, ບໍ່ແມ່ນວ່າເປັນຄົນເກັ່ງ
ແຕ່ຫາກແມ່ນຄົນທີ່ບໍ່ເຄີຍໄດ້ ລົງມືເຮັດຫຍັງເລີຍຕ່າງຫາກ.

ຫຼາຍໆຄົນມີຄວາມຝັນ, ມີເປົ້າໝາຍຊີວິດເປັນຂອງຕົວເອງ

ແຕ່ໃນຂະນະທີ່ບາງຄົນກຳລັງຄິດ, ອີກຄົນກຳລັງລົງມືເຮັດ

... ແລະນີ້ເອງຄືຄວາມແຕກຕ່າງຂອງທຸກໆຄວາມສຳເລັດ...

ຄວາມຢ້ານ, ຄວາມຫວາດລະແວງ, ຄວາມກັງວົນ

ຈະເປັນຕົວຖ່ວງດຶງໃຫ້ເຮົາກ້າວໄປຂ້າງໜ້າຢ່າງບໍ່ໝັ້ນຄົງ.

ຫຼາຍໆຄົນຢ້ານທີ່ຈະເລີ່ມຕົ້ນ

ຢ້ານວ່າຈະພົບກັບອຸປະສັກ

ຢ້ານທີ່ຈະຜິດພາດ

ທັງໆທີ່ຍັງບໍ່ທັນໄດ້ເລີ່ມຕົ້ນດ້ວຍຊ້ຳ.

ການເລີ່ມຕົ້ນເປັນບາດກ້າວທຳອິດທີ່ຍາກທີ່ສຸດ

ແຕ່ຖ້າເຮົາສາມາດຂ້າມຜ່ານກ້າວທຳອິດນີ້ໄປໄດ້

ກ້າວຕໍ່ໆໄປກໍ່ຄົງບໍ່ຍາກເກີນຄວາມສາມາດຂອງເຮົາແນ່ນອນ.

ຄວາມຢ້ານ, ຄວາມກັງວົນຕ່າງໆນາໆ

ຈະເຮັດໃຫ້ປະສິດທິພາບຂອງເຮົາຫຼຸດລົງ.

ຢ່າງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ກ່າວໄວ້ຂ້າງຕົ້ນແລ້ວວ່າ
ເປັນໄປບໍ່ໄດ້ທີ່ເຮົາຈະບໍ່ພົບພໍ້ກັບອຸປະສັກໃດໆເລີຍ
ສະນັ້ນແລ້ວ, ສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດທີ່ຈະນຳພາເຮົາ
ໄປເຖິງຈຸດໝາຍປາຍທາງທີ່ເຮົາວາດຝັນໄວ້ໄດ້ນັ້ນ
ເຮົາຕ້ອງມີຄວາມໝັ້ນໃຈ.

ຄວາມໝັ້ນໃຈຈະເປັນດັ່ງແຮງຜັກດັນໃຫ້ເຮົາກ້າທີ່ຈະລົງມືເຮັດ
ແລະ ບໍ່ຢ້ານທີ່ຈະປະເຊີນໜ້າກັບອຸປະສັກຕ່າງໆ,
ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມໝັ້ນໃຈໃນຕົວເຮົາເອງ
ຫຼື ຄວາມເຊື່ອໝັ້ນໃນເປົ້າໝາຍທີ່ເຮົາມີ ກໍ່ລ້ວນແລ້ວແຕ່ມີຄວາມ
ສຳຄັນຕໍ່ການສ້າງທຸກໆຄວາມຝັນໃຫ້ກາຍເປັນຈິງ.

ເພາະທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງທີ່ມີຄຸນຄ່າ
ກໍ່ຍ່ອມມີບົດພິສູດໃນຕົວຂອງມັນເອງສະເໝີ.

ເມື່ອກ້າທີ່ຈະຝັນກໍ່ບໍ່ຄວນມີຄວາມຢ້ານ

ເພາະຖ້າໄດ້ເລີ່ມຕົ້ນແລ້ວຈະຖືກຫຼືຜິດ

ກໍ່ບໍ່ສຳຄັນເທົ່າເຮົາມີໂອກາດໄດ້ລົງມືເຮັດ.

ກ້າທີ່ຈະຝັນ

ກ້າທີ່ຈະລົງມືເຮັດ

ກ້າທີ່ຈະຕໍ່ສູ້ກັບທຸກອຸປະສັກ

ແລະ ກ້າທີ່ຈະລົ້ມເຫຼວ

... ລົ້ມໃຫ້ເປັນແລ້ວລຸກໃຫ້ໄດ້...

ເພາະນັ້ນຄືບົດທົດສອບຄວາມເຂັ້ມແຂງ

ແລະ ສັກກະຍະພາບຂອງມະນຸດ.

Your belief doesn't make you a

good person, but your behavior does...

You don't have another chance to be born,

so be a good one.

ຄວາມເຊື່ອ

ບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເຈົ້າເປັນຄົນດີໄດ້

ແຕ່ຫາກແມ່ນການກະທຳຂອງເຈົ້າຕ່າງຫາກ

ເຈົ້າບໍ່ມີໂອກາດອີກຄັ້ງທີ່ຈະເກີດມາເປັນມະນຸດ

ສະນັ້ນ, ຈົ່ງເປັນຄົນດີ.

ຄິດດີ ເວົ້າດີ ເຮັດດີ

ຄວາມດີ ແລະ ຄວາມຊົ່ວ ຖືວ່າເປັນຄວາມແຕກຕ່າງທີ່ຄຽງຄູ່ກັນ ແຕ່ແມ່ນຫຍັງທີ່ໃຊ້ວັດແທກທັງຄວາມດີ ແລະ ຄວາມຊົ່ວ ການກະທຳຄືງເປັນເຄື່ອງວັດແທກທີ່ດີສຸດ ບໍ່ວ່າຈະເປັນທາງກາຍ ວາຈາ ແລະ ໃຈ.

ທຸກໆຄົນຕ່າງຄືງປາຖະໜາມີຊີວິດທີ່ດີດ້ວຍກັນທັງນັ້ນ ຊີວັດທີ່ດີຍ່ອມແມ່ນໝາກຜົນຈາກການປະພຶດ, ປະຕິບັດທີ່ດີ.

ເຊັ່ນ: ການຄິດດີ, ເວົ້າດີ ແລະ ເຮັດດີ.

ຄວາມດີອາດຟັງເບິ່ງຄືຍາກແສນຍາກທີ່ຈະປະຕິບັດຕາມ ແຕ່ຫາກຍາກຂະໜາດນັ້ນ ໃນສັງຄົມນີ້ໃນໂລກນີ້ ກໍ່ຄົງບໍ່ມີຄົນດີ ຕາບໃດທີ່ການດຳເນີນຊີວິດຂອງເຮົາບໍ່ໄດ້ສ້າງຄວາມຄວາມເດືອດຮ້ອນ ບໍ່ໄດ້ສ້າງຄວາມທຸກໃຫ້ກັບໃຜ, ມີສິນທຳໃນໃຈແລ້ວ ກໍ່ເວົ້າໄດ້ວ່າເຮົາໄດ້ສ້າງຄວາມດີແລ້ວ.

ການເຮັດຄວາມດີແມ່ນເຮັດໄດ້ຫຼາຍແບບ, ສະແດງອອກໄດ້ຫຼາຍຢ່າງບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມກະຕັນຍູຮູ້ບຸນຄຸນ, ຄວາມຊື່ສັດ, ການຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອນມະນຸດດ້ວຍກັນ ຫຼື ການປະກອບສ່ວນໃນການພັດທະນາອົງກອນກໍ່ຄືປະເທດຊາດ ຕ່າງກໍ່ແມ່ນການເຮັດຄວາມດີດ້ວຍກັນທັງນັ້ນ.

ສິ່ງທີ່ອັນຕະລາຍ ແລະ ມີອິດທິພົນທີ່ສຸດຕໍ່ມະນຸດຄືຄວາມຄິດ

ຫາກປາຖະໜາຢາກເຮັດຄວາມດີ

ກໍ່ຄວນເລີ່ມຈາກຄວາມຄິດ.

ຄວາມຄິດດີໆຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ມີຈິດໃຈທີ່ແຈ່ມໃສ

ມີທັດສະນະຄະຕິ ແລະ ການກະທຳທີ່ດີ

ເຊິ່ງຈະສົ່ງຜົນໃຫ້ມີແຕ່

ສິ່ງດີໆເກີດຂຶ້ນໃນຊີວິດຕາມມາ.

" ເພາະເຮົາບໍ່ສາມາດມີຊີວິດທີ່ດີໄດ້

ຕາບໃດທີ່ເຮົາຍັງມີຈິດໃຈທີ່ເປັນລົບ "

Without plan, you can't succeed.

ເຮົາບໍ່ສາມາດປະສົບຄວາມສຳເລັດໄດ້

ຫາກຂາດການວາງແຜນ.

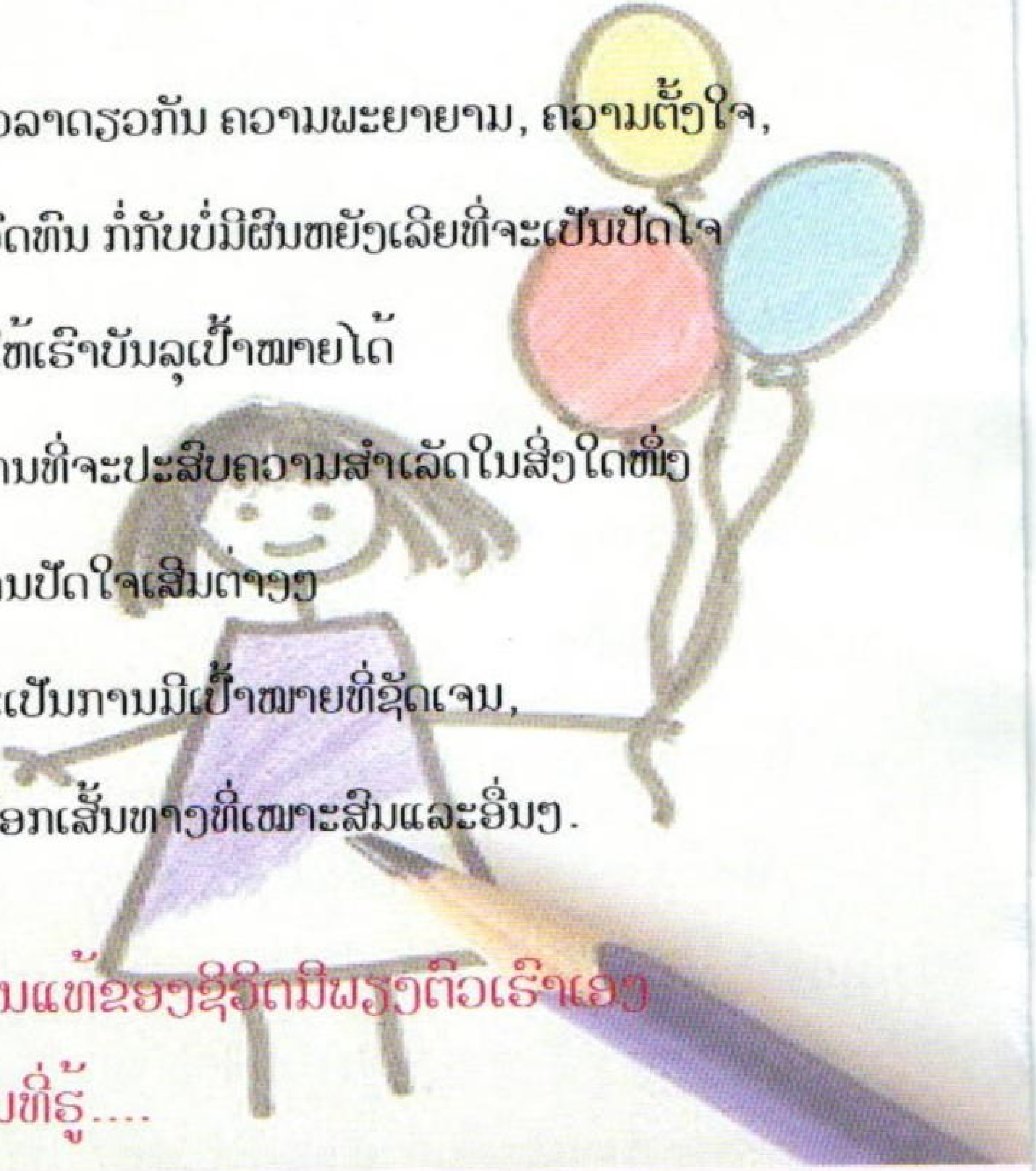
24 / VII

ຫ້າມຈຳໜ່າຍ

ຖ້າຢາກເລີ່ມຕົ້ນເຮັດສິ່ງທີ່ຝັນ, ສິ່ງທີ່ຫວັງໃຫ້ກາຍເປັນຈິງ
ສິ່ງທຳອິດທີ່ຄວນເຮັດຄືວາງແຜນຊີວິດ.

ທຸກໆຄົນລ້ວນແລ້ວແຕ່ຢາກປະສົບຄວາມສຳເລັດ
ບໍ່ວ່າຈະເປັນດ້ານການສຶກສາ,ວຽກງານ, ຄອບຄົວ,
ຄວາມຮັກ ແລະ ອື່ນໆ...
ແລະ ໃນຂະນະທີ່ບາງຄົນກຳລັງຄິດຫາວິທີ
ທີ່ຈະນຳພາຕົວເອງໃຫ້ບັນລຸເປົ້າໝາຍຕ່າງໆ,
ບາງຄົນກໍ່ກຳລັງຫາຕົວເອງຢູ່.

ການທີ່ຈະປະສົບຄວາມສຳເລັດ ໃນສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ
ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍເລີຍ
ໂດຍສະເພາະແມ່ນການຄົ້ນຫາຕົວເອງ, ຫາແກ່ນແທ້ຂອງຊີວິດ.
ບາງຄົນກໍ່ໃຊ້ທັງຊີວິດເພື່ອຕາມຫາຄວາມຝັນ,
ເພື່ອຍ່າງໃຫ້ໄປເຖິງຝັນ



ແຕ່ໃນເວລາດຽວກັນ ຄວາມພະຍາຍາມ, ຄວາມຕັ້ງໃຈ,

ຄວາມອົດທົນ ກໍ່ກັບບໍ່ມີຜົນຫຍັງເລີຍທີ່ຈະເປັນປັດໂຈ

ຜັກດັນໃຫ້ເຮົາບັນລຸເປົ້າໝາຍໄດ້

ເພາະການທີ່ຈະປະສົບຄວາມສຳເລັດໃນສິ່ງໃດໜຶ່ງ

ຕ້ອງການປັດໃຈເສີມຕ່າງໆ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນການມີເປົ້າໝາຍທີ່ຊັດເຈນ,

ການເລືອກເສັ້ນທາງທີ່ເໝາະສົມແລະອື່ນໆ.

...ແກ່ນແທ້ຂອງຊີວິດມີພຽງຕົວເຮົາເອງ

ເທົ່ານັ້ນທີ່ຮູ້....

" ຊີວິດນີ້ເປັນຂອງເຮົາ

ເຮົາເປັນຜູ້ກຳນົດຊະຕາຊີວິດ

ແຕ່ອາດຈະບໍ່ແມ່ນສຳລັບຫຼາຍໆຄົນ

ທີ່ຍັງໃຫ້ຄຳເວົ້າຂອງຄົນອື່ນ

ມາກຳນົດເສັ້ນທາງຊີວິດຂອງຕົວເອງ "

ເສັ້ນທາງສູ່ຄວາມສຳເລັດຂອງແຕ່ລະຄົນນັ້ນແຕກຕ່າງກັນ

ແຕ່ສິ່ງດຽວທີ່ຄືກັນ ແລະ ເຮົາທຸກຄົນຕ່າງກໍ່ປະຕິເສດບໍ່ໄດ້ ນັ້ນກໍ່ຄື

ອຸປະສັກ; ການພົບພໍ້ ກັບອຸປະສັກ ຈະນ້ອຍ ຫຼື ໃຫຍ່

ກໍ່ບໍ່ຄວນຍອມແພ້ ແລະ ຕ້ອງເອົາຊະນະມັນໃຫ້ໄດ້

ການກຽມໃຈເປັນອີກໜຶ່ງເຄັດລັບ

ທີ່ຈະນຳພາເຮົາໄປສູ່ຄວາມສຳເລັດ

ເພາະຈິດໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງບໍ່ຍອມແພ້ຕໍ່ອຸປະສັກງ່າຍໆ,

ຈິດໃຈທີ່ອົດທົນ, ພາກພຽນພະຍາຍາມ, ຈິດໃຈທີ່ມຸ່ງໝັ້ນ

ກ້າຄິດ, ກ້າລົງມືເຮັດຢ່າງສະໝ່ຳສະເໝີ

ຍ່ອມສົ່ງຜົນດີແລະເປັນແຮງຂັບເຄື່ອນ

ໃຫ້ເຮົາປະສົບຄວາມສຳເລັດໄດ້.

ແຕ່ອີກປັດໄຈໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ

ສຳລັບເສັ້ນທາງແຫ່ງຄວາມສຳເລັດນັ້ນກໍ່ຄື

" ການວາງແຜນ ".

ເຊິ່ງໝາຍເຖິງການວາງເປົ້າໝາຍ

ກໍ່ປຽບດັ່ງການເດີນທາງທີ່ເຮົາຕ່າງຕ້ອງກຽມພ້ອມ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນສະບຽງອາຫານ, ເຂັມທິດ, ແຜນທີ່

ແລະ ອຸປະກອນຊ່ວຍເຫຼືອຕ່າງໆໃນຍາມສຸກເສີນ.

ການວາງແຜນສູ່ຄວາມສຳເລັດ

ຫຼື ການວາງແຜນຊີວິດຢ່າງມີປະສິດທິພາບ

ກ່ອນອື່ນໝົດ,ເຮົາຕ້ອງມີເປົ້າໝາຍ, ມີຂໍ້ມູນ

ທີ່ຊັດເຈນ ແລະ ຖືກຕ້ອງ.

ເຮົາຕ້ອງຮູ້ຈັກຂໍ້ດີ, ຂໍ້ເສຍຂອງຕົວເອງ

ເພື່ອການປັບປຸງ ແລະ ພັດທະນາ

ໃຫ້ເຂົ້າກັບສະພາບຄວາມເປັນຈິງ

ແລະ ເພື່ອເສັ້ນທາງທີ່ສະດວກກວ່າເກົ່າ.

ນອກຈາກເປົ້າໝາຍ ແລະ ເສັ້ນທາງທີ່ຊັດເຈນແລ້ວ ການວາງແຜນທີ່ຈະຮັບມືກັບອຸປະສັກ ແລະ ການກຽມເສັ້ນທາງສຳຮອງກໍ່ມີຄວາມສຳຄັນບໍ່ແພ້ກັນ.

ດັ່ງນັ້ນແລ້ວ, ສິ່ງທຳອິດທີ່ເຮົາຄວນເຮັດກ່ອນທີ່ຈະຍ່າງໄປຂ້າງໜ້າ ພະຈົນໄພໃນເສັ້ນທາງຊີວິດນັ້ນກໍ່ຄື ການມີແຜນທີ່ຊີວິດທີ່ຊັດເຈນ ພ້ອມເປົ້າໝາຍຫຼັກ ແລະ ຕົວເລືອກສຳຮອງ ເພື່ອທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາໄປເຖິງຈຸດໝາຍປາຍທາງ ຢ່າງປອດໄພ ແລະ ບາດເຈັບນ້ອຍທີ່ສຸດ.

ຊີວິດກໍ່ປຽບດັ່ງການຂຽນບົດ

ຖ້າເຮົາຍອມເສຍເວລາວາງແຜນໂຄງຮ່າງບົດດີໆໃນຕອນຕົ້ນ

ແນ່ນອນທີ່ສຸດ, ວ່າບົດທີ່ເຮົາຂຽນກໍ່ຈະອອກມາຊັດເຈນ

ແລະ ເປັນລະບົບລະບຽບກວ່າ.

[ຂາດການວາງແຜນ

ກໍ່ບໍ່ຕ່າງຫຍັງຈາກການມີດວງຕາ,

ມີແຂນຂາທີ່ໃຊ້ການບໍ່ໄດ້]

The best thing in life is love.

ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດໃນຊີວິດຄືຄວາມຮັກ.

ກ່ອນຈະປະສົບຄວາມສຳເລັດໄດ້ຕ້ອງຮັກໃນສິ່ງທີ່ເຮັດກ່ອນ.

ຄວາມຮັກເປັນປັດໄຈໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດໃນການດຳເນີນຊີວິດ ເພາະຖ້າປາສະຈາກຄວາມຮັກ ຊີວິດນີ້ກໍ່ຄືງບໍ່ມີຄວາມໝາຍ ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມຮັກທີ່ມີຕໍ່ຄອບຄົວ, ອົງກອນ, ປະເທດຊາດ ແລະ ທີ່ຂາດບໍ່ໄດ້ຄື " ຄວາມຮັກຕົວເອງ ".

ການເຮັດທຸກຢ່າງດ້ວຍຄວາມຮັກເຊັ່ນ: ການປະກອບອາຊີບ, ການສຶກສາໃນສາຂາວິຊາຕ່າງໆທີ່ເຮົາມັກ, ທີ່ເຮົາຮັກ ມັນຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຮົາຕັ້ງໃຈ, ມຸ່ງໝັ້ນພັດທະນາ ແລະ ມີຄວາມສຸກກວ່າ ເມື່ອທຽບໃສ່ສິ່ງທີ່ເຮົາຕ້ອງເຮັດດ້ວຍຄວາມບໍ່ມັກ ແລະ ບໍ່ຮັກເລີຍ ດັ່ງສຸພາສິດລາວທີ່ກ່າວໄວ້ວ່າ :

" ປຸກເຮືອນໃຫ້ຕາມໃຈຜູ້ຢູ່,
ຜູກອູ່ໃຫ້ຕາມໃຈຜູ້ນອນ " .

ທຸກຄົນອາດມີນິຍາມຂອງຄວາມຮັກທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ
ເຊັ່ນ: ຄວາມຮັກຄືການໃຫ້, ຄືຄວາມເຂົ້າໃຈ,
ຄືການເສຍສະຫຼະ ແລະ ອື່ນໆ...

ບໍ່ວ່ານິຍາມຄວາມຮັກຈະແຕກຕ່າງກັນແນວໃດ
ຜູ້ຂຽນເອງເຊື່ອວ່າຄວາມຮັກທຸກໆປະເພດ
ກໍ່ຄືຄວາມຮັກຈາກຄອບຄົວ, ຄົນຮັກ, ໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ອື່ນໆ
ລ້ວນແລ້ວແຕ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ງົດງາມ
ນັ້ນຄືຄວາມປາດຖະໜາດີ, ຄວາມເມດຕາ,
ການເກື້ອກູນເຊິ່ງກັນແລະກັນ.

24 / VII

ແຕ່ເປັນຫຍັງ ໃນເວລາທີ່ຫຼາຍໆຄົນມີຄວາມຮັກຕ້ອງມີນ້ຳຕາ,
ຫາມຈຳໜ່າຍ
ມີຄວາມເສຍໃຈ, ມີຄວາມຜິດຫວັງ
ໂດຍສະເພາະຄວາມ ຮັກແບບໜຸ່ມສາວ.

ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອສະເໝີວ່າຄວາມຮັກແມ່ນສິ່ງທີ່ງົດງາມ

ແລະ ເປັນສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ ທີ່ເຮັດໃຫ້ໂລກນີ້ໜ້າຢູ່.

ທີ່ຜິດຫວັງ, ທີ່ເສຍໃຈ, ທີ່ຮ້ອງໄຫ້ນັ້ນບໍ່ແມ່ນຍ້ອນຄວາມຮັກ

ແຕ່ຫາກແມ່ນຍ້ອນຄວາມຄາດຫວັງຕ່າງຫາກ

ຄວາມຄາດຫວັງທີ່ຈະໄດ້ຄອບຄອງ, ເປັນເຈົ້າຂອງ

ຫຼື ການໄດ້ຮັບຄວາມຮັກເປັນສິ່ງຕອບແທນ.

ຄວາມຮັກບໍ່ວ່າຈະເປັນຄົນທີ່ຮັກ ຫຼື ຖືກຮັກ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມຮັກຕໍ່ໃຜ ຫຼື ສິ່ງໃດກໍ່ລ້ວນແຕ່ເປັນສິ່ງທີ່ດີ

ແຕ່ອີກໜຶ່ງຄວາມຮັກທີ່ເຮົາຄວນມີ ຄືຄວາມ

ຮັກຕົວເອງ ຫຼາຍໆຄົນໃຊ້ທັງຊີວິດເພື່ອຕາມຫາ

ຮັກແທ້ຈົນລືມໄປວ່າ ຄົນທຳອິດ

ແລະ ຄົນສຸດທ້າຍທີ່ເຮົາຄວນຮັກ

...ຄືຕົວເຮົາເອງ...

ການຮັກຕົວເອງເຮັດໃຫ້ຊີວິດນີ້ມີຄ່າກວ່າສິ່ງໃດ
ເມື່ອໃດທີ່ເຮົາຮູ້ຈັກຮັກຕົວເອງ
ເຮົາຈະຮູ້ວ່າ ຄວາມຮັກຄົນອື່ນແມ່ນແນວໃດ.

ສຳລັບການດຳເນີນຊີວິດໃນທຸກໆມື້, ຄວາມຮັກກໍ່ມີຄວາມສຳ
ຄັນບໍ່ນ້ອຍ ເພາະຄວາມຮັກຄືຄວາມສຸກ
ຮັກໃນສິ່ງທີ່ເຮັດ, ຮັກໃນສິ່ງທີ່ເປັນ, ຮັກໃນສິ່ງທີ່ຝັນ
ແລ້ວເຮົາຈະສ້າງສັນແຕ່ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດໃຫ້ກັບຊີວິດ.

ເພາະຄວາມຮັກປຽບດັ່ງແຮງຜັກດັນ ແລະ
ກຳລັງໃຈໃຫ້ເຮົາສູ້ ແລະ ບໍ່ຢຸດທີ່ຈະກ້າວ
ໄປຂ້າງໜ້າ.

ທຸກຊີວິດມີເວລາຈຳກັດ

ຊີວິດນີ້ແສນສັ້ນ

ຫາຄວາມຮັກຂອງທ່ານໃຫ້ພົບ

ຫາຄວາມສຸກຂອງທ່ານໃຫ້ເຫັນ.

ຢ່າມົວເອົາຊີວິດທີ່ແສນຈຳກັດນີ້

ໄປທຸ່ມເທກັບສິ່ງທີ່ສາບສວຍພຣາງພາຍນອກ

ເພາະເຮົາອາດບໍ່ມີໂອກາດໄດ້ເຮັດໃນສິ່ງທີ່ເຮົາຝັນ.

Be loved yourself, Be proud of yourself

& Be satisfied on yourself .

ຈົ່ງຮັກຕົວເອງ, ຈົ່ງພູມໃຈໃນຕົວເອງ

ແລະ ຈົ່ງເພິ່ງພໍໃຈໃນຕົວເອງ.

Develop yourself from mistakes

ຈຶ່ງພັດທະນາຕົວເອງຈາກຄວາມຜິດພາດ.

...ຍ້ອນຄຳຕຳນິ, ຄຳດູຖູກເຫຼົ່ານັ້ນ...

ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຍ່ອມມີທັງດ້ານບວກ ແລະ ດ້ານລົບ

ຢູ່ທີ່ເຮົາຈະເລືອກເບິ່ງ ແລະ ຄິດໃນແງ່ມຸມໃດ

ການຄິດບວກກໍ່ຍ່ອມສົ່ງຜົນດີແກ່ຊີວິດເຮົາເອງ ແລະ ຄົນອ້ອມຂ້າງ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄວາມສຸກ, ຄວາມສະບາຍໃຈ ແລະ ມິດຕະພາບທີ່ຍັ້ງ

ຍືນ ແນ່ນອນທີ່ສຸດຄົງບໍ່ມີໃຜທີ່ຈະມັກໃຫ້ຄົນອື່ນມາດູຖູກ, ສຽດສີ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນດ້ານໃດກໍ່ຕາມ.

ແຕ່ເມື່ອເຫດການແບບນັ້ນໄດ້ເກີດຂຶ້ນແລ້ວ

ເຮົາເອງກໍ່ຄວນຍອມຮັບ ແລະ ຍິ້ມໃຫ້ກັບມັນ

ເພາະຢ່າງນ້ອຍກໍ່ເປັນເລື່ອງດີດ້ວຍຊ້ຳທີ່ມີຄົນມາຕຳນິ,

ມາຕັກເຕືອນເຮົາ.

ຄຳດູຖູກສຽດສີກໍ່ປຽບດັ່ງມີດອັນແຫລມຄົມທີ່ມາປັກຢູ່ກາງໃຈ

ປຽບສະເໝືອນຢາຂົມທີ່ບໍ່ມີໃຜຢາກຈະລອງຊີມ

ແລະ ເມື່ອເຮົາບໍ່ສາມາດຫຼີກເວັ້ນໄດ້

ເຮົາກໍ່ຄົງຕ້ອງປະເຊີນໜ້າ ຍອມຮັບດ້ວຍຄວາມມີສະຕິ

ແທນທີ່ຈະນຳເອົາຄຳເວົ້າເຫຼົ່ານັ້ນ

ມາເປັນໄຟເຜົາໄໝ້ຕົວເອງ

ດ້ວຍຄວາມຢາກຮ້າຍ, ກຽດຊັງ ແລະ ຄຽດແຄ້ນ

ກໍ່ຈົ່ງປ່ຽນມັນມາເປັນຢາຂົມ ທີ່ຈະບຳລຸງຮັກສາເຮົາ

ໃຫ້ເຂັ້ມແຂງ ແລະ ແຂງແຮງຂຶ້ນຕື່ມ.

ເຖິງຄຳດູຖູກເຫຼົ່ານັ້ນອາດເຮັດໃຫ້ເຮົາເມື່ອຍ,

ທໍ້ແທ້ ແລະ ຢາກຮ້າຍພຽງໃດ

ໃນເວລາດຽວກັນມັນກໍ່ເປັນດັ່ງເຄື່ອງເຕືອນສະຕິ

ໃຫ້ເຮົາໄດ້ຢຸດຄິດ, ທົບທວນ ແລະ ພິຈາລະນາຕົວເອງ

ແລະ ກໍ່ປຽບດັ່ງພະລັງອັນມະຫາສານທີ່ຈະຊຸກຍູ້ໃຫ້ເຮົາ

ຢາກພິສູດຕົວເອງ, ເຮັດໃຫ້ໄດ້ ແລະ ຕ້ອງໄດ້ດີທີ່ສຸດ.

ຈົ່ງຢ່າໃຫ້ຄຳດູຖູກດັ່ງກ່າວ ມາທຳລາຍຄວາມຕັ້ງໃຈ

ຢ່າໃຫ້ຄຳເວົ້າພຽງບໍ່ເທົ່າໃດຄຳ ຂອງໃຜຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງ

ມາທຳລາຍທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງທີ່ເຮົາສ້າງມາ

ແລະ ຈົ່ງປ່ຽນຄຳເວົ້າເຫຼົ່ານັ້ນມາເປັນແຮງຜັກດັນ

ໃຫ້ເຮົາພັດທະນາຕົວເອງ ເພື່ອທີ່ຈະປະສົບຜົນສຳເລັດໃນວັນຂ້າງໜ້າ.

ເພາະບາງຄັ້ງເຮົາກໍ່ບໍ່ສາມາດເຫັນຕົວເອງໄດ້ຊັດເຈນພໍ

ຄົນອື່ນກໍ່ປຽບດັ່ງແວ່ນແຍງ ທີ່ສະທ້ອນເງົາຂອງເຮົາ

ໃນອີກມຸມມອງໜຶ່ງທີ່ແຕກຕ່າງອອກໄປ.

ບາງທີການທີ່ເຮົາໄດ້ຮັບຮູ້ຄວາມຄິດ

ແລະ ມຸມມອງຂອງຄົນອື່ນທີ່ມີຕໍ່ເຮົາ

ອາດຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຮົາສາມາດຮູ້ຈັກຕົວເອງຫຼາຍຂຶ້ນກໍ່ໄດ້.

ຍ້ອນຄຳຕຳນິ, ຄຳດູຖູກເຫຼົ່ານັ້ນ
ທີ່ເຮັດໃຫ້ມີສິ່ງດີໆຕ່າງໆເກີດຂື້ນໃນຊີວິດ
ໄດ້ຮຽນຮູ້, ຮູ້ຈັກ, ພັດທະນາ
ແລະພິສູດຕົວເອງ.
[39]
ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

The past is gone

What is done is done

The future is blind

We don't know what will come

The present is the key of being alive

Just make it better than the past and

create it as a bright future.

ຫ້າມຈຳໜ່າຍ

ອະດີດຄືສິ່ງທີ່ຜ່ານໄປແລ້ວ

ແມ່ນຫຍັງທີ່ເຄີຍເກີດຂື້ນກໍ່ໄດ້ຈົບລົງແລ້ວ

ອະນາຄົດຄືສິ່ງທີ່ເຮົາບໍ່ສາມາດເບິ່ງເຫັນ

ໄດ້ຢ່າງຊັດເຈນ

ເຮົາບໍ່ຮູ້ວ່າຈະມີຫຍັງເກີດຂື້ນ

ສ່ວນປັດຈຸບັນປຽບດັ່ງກະແຈສຳຄັນ

ຂອງການມີຊີວິດ

ພຽງແຕ່ເຮັດມັນໃຫ້ດີກວ່າອະດີດ

ແລະສ້າງອະນາຄົດທີ່ສົດໃສ

ອະດີດຈະເປັນຄູສອນ, ເປັນປະສົບການ,

ເປັນບົດຮຽນທີ່ດີທີ່ສຸດໄດ້ ກໍ່ຕໍ່ເມື່ອຕົວເຮົາບໍ່ມີອະຄະຕິ, ເປີດໃຈ,

ໄດ້ໃຫ້ອະໄພຕົວເອງ ແລະ ບຸກຄົນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງທຸກໆຄົນ

ເມື່ອທີ່ເຮົາພ້ອມທີ່ຈະເຊື່ອຟັງ, ຮຽນຮູ້ ແລະ ພັດທະນາ.

ບາງຄົນກໍ່ປ່ຽນແປງອະດີດດ້ວຍການມີຊີວິດໃນປັດຈຸບັນທີ່ດີກວ່າເກົ່າ,

ໃຊ້ທັງຊີວິດເພື່ອການຮຽນຮູ້ ແລະ ພັດທະນາຕົວເອງ

ໃນຂະນະດຽວກັນ,ບາງຄົນກັບຈົມປັກ, ຝັງໃຈກັບອະດີດ,

ຄິດໂທດຕົວເອງ ແລະ ຄົນອື່ນໆ.

ອະດີດກໍ່ຄືບົດຮຽນທີ່ເຮົາບໍ່ສາມາດຊື້ໄດ້

ແລະບໍ່ສາມາດຮຽນຮູ້ໄດ້ຈາກຄົນອື່ນ

ເພາະເຮົາຕ້ອງເປັນຄົນທີ່ຕ້ອງກ້າວຜ່ານມັນດ້ວຍຕົວເອງ

ແລະ ບໍ່ມີໃຜຈະສອນໃຫ້ເຮົາຮຽນຮູ້ຈາກອະດີດຂອງເຮົາໄດ້

ຖ້າເຮົາບໍ່ຍອມເປີດໃຈ ແລະ ທຳຄວາມເຂົ້າໃຈກັບມັນເອງ.

ອະດີດມີໄວ້ໃຫ້ຮຽນຮູ້ຊີວິດ, ມີໄວ້ເປັນປະສົບການ

ເພື່ອພັດທະນາຕົວເອງ

ເພື່ອປັດຈຸບັນ ແລະ ອະນາຄົດທີ່ດີກວ່າ.

ເຮົາທຸກຄົນຕ່າງກໍ່ມີອະດີດ

ທີ່ເປັນຄວາມຊົງຈໍາ, ເປັນບົດຮຽນ ແລະ ເປັນ

ເລື່ອງລາວທີ່ຝັງໃຈ.

ອະດີດຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາມີຄວາມສຸກ, ມີຮ້ອຍຍິ້ມໄດ້ອີກຄັ້ງ

ກໍ່ຕໍ່ເມື່ອເຮົານໍາມັນມາເປັນຄວາມຊົງຈໍາທີ່ດີ

ແລະ ໃນຂະນະດຽວກັນ, ມັນກໍ່ສາມາດກາຍເປັນປືນຄ້ອຍ

ທີ່ຈະທໍາລາຍຊີວິດທີ່ເຫຼືອຢູ່ຂອງເຮົາທັນທີ

ເມື່ອເຮົາຍັງຝັງໃຈບໍ່ຍອມທີ່ຈະປ່ອຍມັນໄປ.

" ບໍ່ວ່າອະດີດທີ່ເຮົາແບກຮ່ວມທາງມາຕະຫຼອດ

ຈະເປັນເລື່ອງລາວທີ່ດີ ຫຼື ຮ້າຍແຮງເທົ່າໃດ

ກໍ່ຈົ່ງລະນຶກສະເໝີວ່າ ສິ່ງດັ່ງກ່າວໄດ້ເກີດຂຶ້ນ

ແລະ ສິ້ນສຸດລົງແລ້ວ

ດັ່ງນັ້ນ, ຈົ່ງວາງມັນລົງ...ຍິ້ມໃຫ້ກັບມັນ ແລະ

ປ່ອຍມັນໄປ "

ເຮົາເຮັດໄດ້ພຽງແຕ່ຫັນກັບມາເບິ່ງ

ແຕ່ຢ່າຍ່າງກັບໄປ

ເພື່ອເອົາມັນມາຮ່ວມທາງອີກ

ເພາະຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງຄືປັດຈຸບັນ, ບໍ່ແມ່ນອະດີດ.

ຂໍໃຫ້ທຸກຄົນສາມາດຂ້າມຜ່ານ

ເລື່ອງລາວຕ່າງໆ ທີ່ເປັນບາດແຜຂອງຊີວິດໄປໃຫ້ໄດ້

ແລະ ພ້ອມທີ່ຈະຮັບມືກັບສິ່ງຕ່າງໆ

ທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນໃນອະນາຄົດ.

ອະດີດທີ່ຜ່ານມາບໍ່ວ່າຈະໂຫດຮ້າຍ

ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຮົາເຈັບປວດພຽງໃດ

ມັນກໍ່ຍັງຄືງເປັນສິ່ງທີ່ວິດງາມສະເໝີ

ເພາະມັນໄດ້ພິສູດແລ້ວວ່າ

ເຮົາແຂງແຮງພໍທີ່ຜ່ານສິ່ງທີ່ຮ້າຍແຮງທີ່ສຸດໃນເວລານັ້ນມາໄດ້

ແລະ ຄວາມອ່ອນແອໃນມື້ນັ້ນລ່ະ

ທີ່ເປັນເຄື່ອງສານເກາະປ້ອງກັນອັນດີທີ່ສຸດ

ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາເຂັ້ມແຂງຂື້ນ.

ຈົ່ງເກັບອະດີດໄວ້ເປັນເຄື່ອງເຕືອນໃຈ

ຈົ່ງເປີດໃຈ ແລະ ໃຫ້ອະໄພກັບທຸກງຄວາມຜິດພາດ

ເພາະເມື່ອເຮົາຫັນກັບມາ

ເຮົາຈະບໍ່ເວົ້າຄຳວ່າ " ໜ້າເສຍດາຍ "

ແຕ່ເຮົາຈະເວົ້າວ່າ

" ຖ້າບໍ່ມີມື້ຮ້າຍເຫຼົ່ານັ້ນ

ເຮົາຄືງບໍ່ມີມື້ນີ້ທີ່ງົດງາມ ".

ເຮົາອາດຈະບໍ່ສາມາດລືມອະດີດໄດ້

ແຕ່ເຮົາສາມາດເລືອກທີ່ຈະບໍ່ຄິດເຫັນມັນໄດ້.

... ແລະ ທຸກໆອະດີດຈະກາຍເປັນ

ໝາກຜົນ, ເປັນດັ່ງດອກໄມ້ທີ່ເບັ່ງບານ

ແລະ ສົ່ງກິ່ນຫອມໃນໃຈຕະຫຼອດໄປ...

When things go wrong

Let it go

But don't go with it.

ເມື່ອມີສິ່ງໃດທີ່ຜິດພາດ

ຈົ່ງປ່ອຍມັນໄປ

ແຕ່ຢ່າໄປກັບມັນ

ຄວາມຜິດຫວັງອາດນໍາເຮົາໄປສູ່ສິ່ງທີ່ດີກວ່າ

ບໍ່ມີໃຜເລີຍທີ່ບໍ່ເຄີຍຜິດຫວັງ

ແລະ ກໍ່ມີຫຼາຍໆຄົນທີ່ຕ້ອງຜິດຫວັງຊໍ້າແລ້ວຊໍ້າອີກ

ຈົນບາງຄັ້ງອາດບໍ່ກ້າຄາດຫວັງຫຍັງອີກເລີຍໃນຊີວິດ.

ຄວາມຫວັງ ຫຼື ການຄາດຫວັງກັບສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງ ຫຼື ບຸກຄົນໃດໜຶ່ງ

ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງຜິດ ແລະ ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງທີ່ໜ້າອາຍ ເມື່ອເຮົາຜິດຫວັງ.

ເພາະມັນເປັນເລື່ອງທໍາມະດາ ແລະ ປົກກະຕິຂອງຊີວິດຢູ່ແລ້ວ

ທີ່ເຮົາຕ່າງເຄີຍທົດລອງລົດຊາດຂອງຄວາມຜິດຫວັງ

ການທີ່ບໍ່ເຄີຍຜິດພາດຫຍັງເລີຍຕ່າງຫາກທີ່ເປັນເລື່ອງແປກ.

ຄວາມຫວັງນັ້ນລະທີ່ເຮັດໃຫ້ບໍ່ຢຸດທີ່ຈະພັດທະນາ

ຕົວເອງເພື່ອທີ່ຈະສ້າງຄວາມຝັນໃຫ້ກາຍເປັນຄວາມຈິງ.

ທ່ານຮູ້ບໍ່ວ່າ

ໃນຂະນະທີ່ເຮົາມີຄວາມທຸກເທົ່ານີ້

ມີຄົນອີກຫຼາຍລ້ານຄົນທີ່ທຸກກວ່າເຮົາ.

ຖ້າເຮົາຢຸດ, ບໍ່ມີຄວາມຫວັງ, ບໍ່ມີຄວາມຝັນ

ບໍ່ຢາກເຮັດຫຍັງເລີຍ, ແລະ ໃຫ້ໃຊ້ຊີວິດທ່າມກາງ

ຄວາມຫວ່າງເປົ່າ ແລ້ວເຮົາຈະທົນໄດ້ບໍ່

ທາກການເກີດມາພຽງຊາດນີ້ຊາດດຽວ

ເຮົາກັບໃຊ້ຊີວິດແບບບໍ່ມີຄ່າ, ບໍ່ມີປະໂຫຍດເລີຍ.

24/VII
ຫ້າມຈຳໜ່າຍ

ຍົກຕົວຢ່າງ: ບັນດາບຸກຄົນທີ່ປະສົບຄວາມສຳເລັດ, ເຊິ່ງກ່ອນໜ້າກໍເຄີຍຜ່ານກັບການທົດສອບມາແລ້ວ, ບໍ່ວ່າຈະຄວາມຜິດຫວັງ, ຄວາມຜິດພາດ, ຄວາມຫຼົ້ມເຫຼວຕ່າງໆນາໆ.

ເຖິງແມ່ນວ່າຈະຜ່າຍແພ້, ຈະສູນເສັຍທຸກຢ່າງແຕ່ຂໍຢ່າງດຽວຢ່າສູນເສັຽຄວາມເປັນມະນຸດ,
ຢ່າເອົາຄຳກ່າວຂວັນນິນທາຂອງຄົນອື່ນ ມາມີອິດທິພົນເກີນກວ່າຫົວໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງຂອງເຮົາໄດ້.
ການບໍ່ຍອມແພ້ນັ້ນລະ ຄືໄຊຊະນະຂອງເຮົາ
ເໝືອນກັບທ່ານ Steve Jobs . ເຊິ່ງເປັນບຸກຄົນທີ່ປະສົບຄວາມສຳເລັດທີ່ສຸດຜູ້ນຶ່ງຂອງໂລກ.

ແລ້ວທ່ານເດ?

ເລືອກທີ່ຈະເປັນຜູ້ແພ້ ຫຼື ຜູ້ຊະນະ ?

ແພ້ ແລະ ຊະນະ ຫ່າງກັນພຽງນ້ອຍດຽວນັ້ນຄືຫົວໃຈ

ເພາະຫົວໃຈຂອງຜູ້ຊະນະຄືຫົວໃຈຂອງຄົນທີ່ບໍ່ເຄີຍຍອມແພ້

ແລະ ສູ້ຈົນເຖິງທີ່ສຸດ.

ຈະແພ້, ຈະຊະນະ ບໍ່ສຳຄັນເທົ່າເຮົາໄດ້ສູ້, ໄດ້ລອງ

ແລະ ໄດ້ເຮັດດີທີ່ສຸດແລ້ວ ຫຼື ບໍ.

ອຸປະສັກ, ບັນຫາ, ຄວາມຜິດພາດທັງໝົດ

ຈະກາຍເປັນດັ່ງເກາະປ້ອງກັນ

ນຳພາເຮົາກ້າວໄປຂ້າງໜ້າຢ່າງຜູ້ຊະນະ

ເພາະບໍ່ມີໃຜຈະມາຍັດຍຽດຄວາມພ່າຍແພ້ໃຫ້ເຮົາໄດ້

ຕາບໃດທີ່ເຮົາຍັງມີຫົວໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງມີຄວາມຝັນ,

ມີຄວາມຫວັງແລະຍັງສູ້.

ເພາະທຸກຢ່າງຢູ່ທີ່ເຮົາ

ຈະແພ້ຈະຊະນະເທົ່າໃດເທື່ອບໍ່ສຳຄັນດອກ

ຕາບໃດທີ່ເຮົາລົ້ມ ແລະ ຮູ້ຈັກລຸກເປັນ

ເຮົາກໍ່ຈະໄດ້ຮັບໂອກາດດີໆ

ແລະ ຈັກມື້ຕ້ອງເປັນມື້ຂອງເຮົາແນ່ນອນ.

ຖ້າບໍ່ຮູ້ຈັກລົດຊາດຂອງຄວາມລົ້ມເຫຼວແລ້ວ

ຈະຮູ້ຈັກລົດຊາດຂອງຄວາມສຳເລັດໄດ້ແນວໃດ.

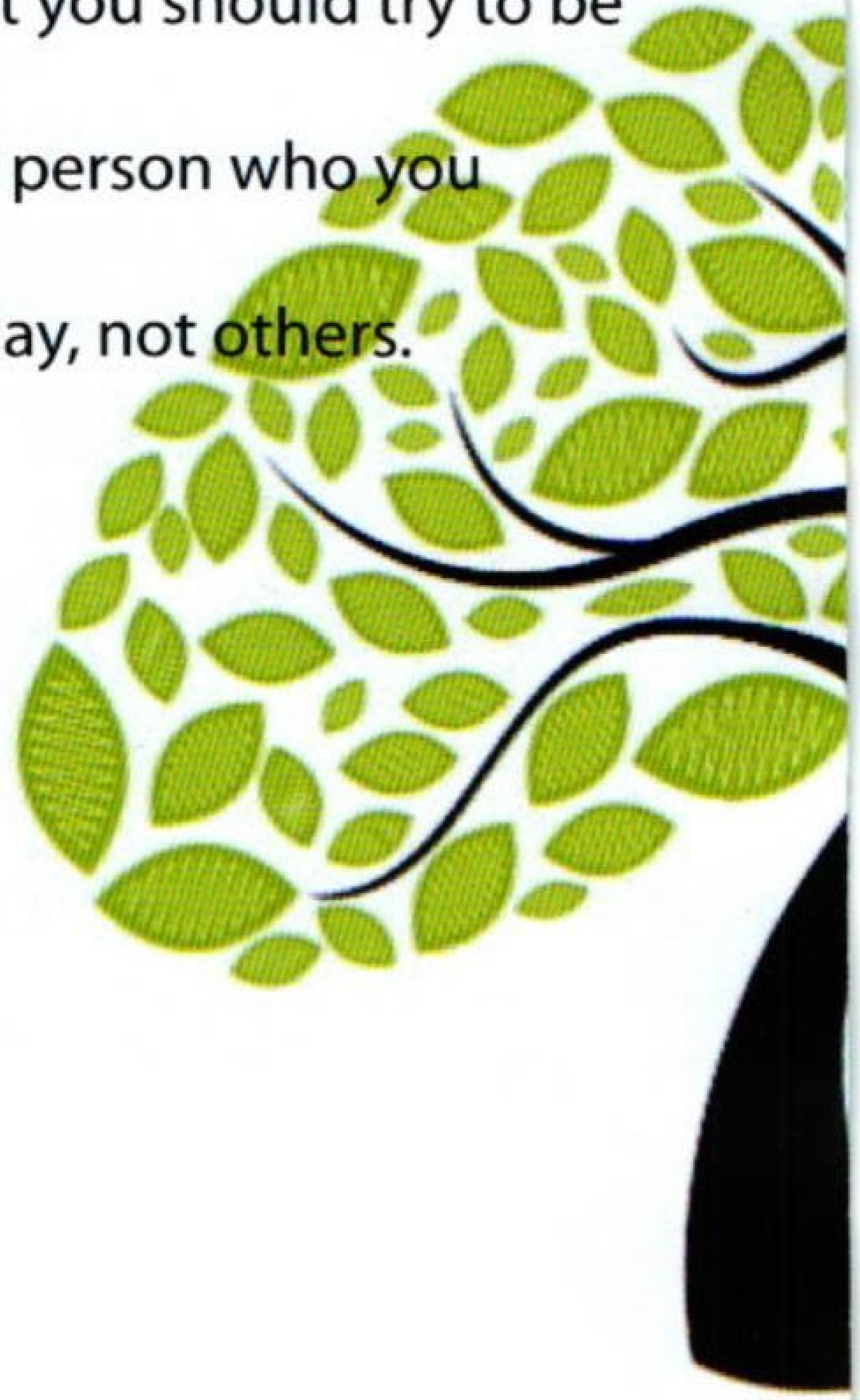
[53]

ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

The only person that you should try to be

better than is a person who you

were yesterday, not others.



ຄວນເປັນຄົນທີ່ດີກວ່າຄົນທີ່ເຈົ້າໄດ້ເປັນໃນມື້ວານນີ້

ເອກກະລັກທີ່ແຕກຕ່າງ.

ເຖິງແມ່ນວ່າໂລກປັດຈຸບັນນີ້ຈະເປັນໂລກຂອງການແຂ່ງຂັນ ຫຼາຍຄົນອາດຄິດວ່າ ເຮົາຕ້ອງໄປແຂ່ງຂັນກັບຄົນອື່ນ ເພື່ອໄດ້ເປັນທີໜຶ່ງ, ເພື່ອໄດ້ຕຳແໜ່ງໜ້າທີ່ການງານທີ່ດີ ຫຼື ເພື່ອການຊ່ວງຊີງໂອກາດດ້ານການຮຽນ, ດ້ານທຸລະກິດ ແລະ ອື່ນໆ.

ການແຂ່ງຂັນຖືວ່າເປັນແຮງຈູງໃຈໜຶ່ງທີ່ດີ ທີ່ເຮັດໃຫ້ມະນຸດເຮົາຢາກພັດທະນາຕົວເອງໃຫ້ດີພໍ ເພື່ອທີ່ຈະໄດ້ຮັບລາງວັນ.

ຜູ້ຂຽນເອງກໍ່ຄົງປະຕິເສດບໍ່ໄດ້ວ່າຕົວເອງເປັນຄົນທີ່ມັກ ການແຂ່ງຂັນເປັນທີ່ສຸດ ມີທັງແພ້, ທັງຊະນະ ແລະ ທຸກເທື່ອທີ່ແພ້, ກໍ່ຍິ່ງເຮັດໃຫ້ພະຍາຍາມກວ່າເກົ່າ

ເພາະເຊື່ອສະເໝີວ່າຈັກມື້ເຮົາຕ້ອງຊະນະ.

ເຖິງແມ່ນວ່າການແຂ່ງຂັນເປັນເລື່ອງທີ່ດີ

ແຕ່ນັ້ນກໍ່ເປັນຕົວທຳລາຍຊີວິດເຮົາໄດ້ເຊັ່ນກັນ

ເມື່ອໃນສະໜາມການແຂ່ງຂັນ

ມີຜູ້ເຂົ້າແຂ່ງຂັນທີ່ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຄວາມສາມາດເພື່ອເອົາຊະນະ

...ແລະ ນີ້ເອງທີ່ເປັນຈຸດເລີ່ມຕົ້ນຂອງບົດຮຽນຊີວິດບົດນີ້...

ເຮົາທຸກຄົນ (ຈຳນວນຫຼາຍ) ຕ່າງກໍ່ເຊື່ອ,

ເຄີຍເຊື່ອ ແລະ ຍັງເຊື່ອວ່າໄຊຊະນະຄືບົດພິສູດ

ຄວາມເກັ່ງກ້າ, ຄວາມສາມາດ ແລະອື່ນໆ

ແລະ ສິ່ງໆນີ້ກໍ່ປູກຝັງໃນຈິດສຳນຶກ ແລະ ຈິດໃຕ້ສຳນຶກ

ຂອງເຮົາມາຕະຫຼອດວ່າ ໝາກຜົນຂອງໄຊຊະນະມັນງົດງາມເຫຼືອເກີນ.

ຈົນເຮັດໃຫ້ເຮົາລືມຄວາມເປັນຈິງໄປວ່າ

ເຖິງແມ່ນວ່າເຮົາຢູ່ໃນສະໜາມຂອງການແຂ່ງຂັນ

ເພື່ອຄວາມຢູ່ລອດຂອງຊີວິດນີ້, ໃນສັງຄົມນີ້

ເຮົາບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໄປແຂ່ງຂັນ

ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໄປຍາດຊິງກັບໃຜເລີຍ

ເພາະຄົນທີ່ເຮົາຕ້ອງແຂ່ງ

ແລະ ເອົາຊະນະໃຫ້ໄດ້ຄື ຕົວຂອງເຮົາເອງ

ເພາະການເອົາຊະນະຕົວເອງ

ຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຮົາສາມາດພັດທະນາຕົວເອງ

ໃນຮູບແບບ ແລະ ຄວາມເໝາະສົມທີ່ເປັນເຮົາ

ເຊິ່ງສິ່ງທີ່ເຮົາຄວນເຮັດທີ່ສຸດຄື

" ຫາຕົວເອງໃຫ້ເຫັນ "

ເພາະນັ້ນເປັນສິ່ງດຽວ

ທີ່ທຳມະຊາດສ້າງເຮົາມາໃຫ້ແຕກຕ່າງຈາກທຸກໆຄົນ

ໃນໂລກນີ້ ແລະ ສິ່ງນີ້ກໍ່ເປັນໄຊຊະນະດຽວທີ່ຖາວອນ

ແລະ ບໍ່ມີໃຜຈະສາມາດມາຍາດຊິງມັນໄປຈາກເຮົາໄດ້.

ຖ້າເຮົາມົວໄປລົງສະໜາມແຂ່ງຂັນກັບຄົນອື່ນ

ໄປຝຶກຊ້ອມສິ່ງດຽວກັນ

ແລະ ພະຍາຍາມຈະເປັນຄືກັນ ແຕ່ດີກວ່າ

ເຮົາກໍ່ຈະບໍ່ມີວັນໄດ້ຢືນຢູ່ເສັ້ນໄຊ

ແລະ ຈະບໍ່ມີວັນຄົ້ນພົບສິ່ງດີໆທີ່ມີຢູ່ໃນຕົວເຮົາເອງ.

ກ່ອນທີ່ຈະຊະນະຄົນອື່ນໄດ້

ໃຫ້ເຮົາເອົາຊະນະຕົວເອງໃຫ້ໄດ້ຊະກ່ອນ

ເພາະຕາບໃດທີ່ເຮົາຊະນະຕົວເອງໄດ້

ການຊະນະຄົນອື່ນນັ້ນງ່າຍພຽງນ້ອຍດຽວ.

ຂໍພຽງເຮົາເຫັນຄຸນຄ່າຂອງຕົວເຮົາເອງ

ເຫັນຄຸນຄ່າຂອງຄວາມສາມາດ

ແລະ ຄວາມແຕກຕ່າງທີ່ເປັນເອກກະລັກຂອງຕົວເຮົາເອງ

ແລ້ວສ້າງສິ່ງດັ່ງກ່າວໃຫ້ເປັນເສັ້ນໄຊຂອງຊີວິດ

ເທົ່ານັ້ນກໍ່ພຽງພໍແລ້ວສຳລັບການພິສູດຕົວເອງ.

ເພາະແຕ່ລະຄົນມີຂໍ້ດີ, ຂໍ້ເສຍຂອງໃຜລາວ

ການປຽບທຽບກັບຄົນອື່ນບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເຮົາຊະນະໃຜໄດ້

ແຕ່ການຮູ້ຈັກຕົວເອງ, ຮູ້ຂໍ້ດີ, ຂໍ້ເສຍຂອງຕົວເອງ

ແລ້ວນຳມາປັບປຸງແລະພັດທະນາຕ່າງຫາກ

ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາມີບ່ອນຢືນທີ່ໝັ້ນຄົງໃນສັງຄົມນີ້.

ຈົ່ງຢ່າເສຍເວລາພຽງວິນາທີດຽວ

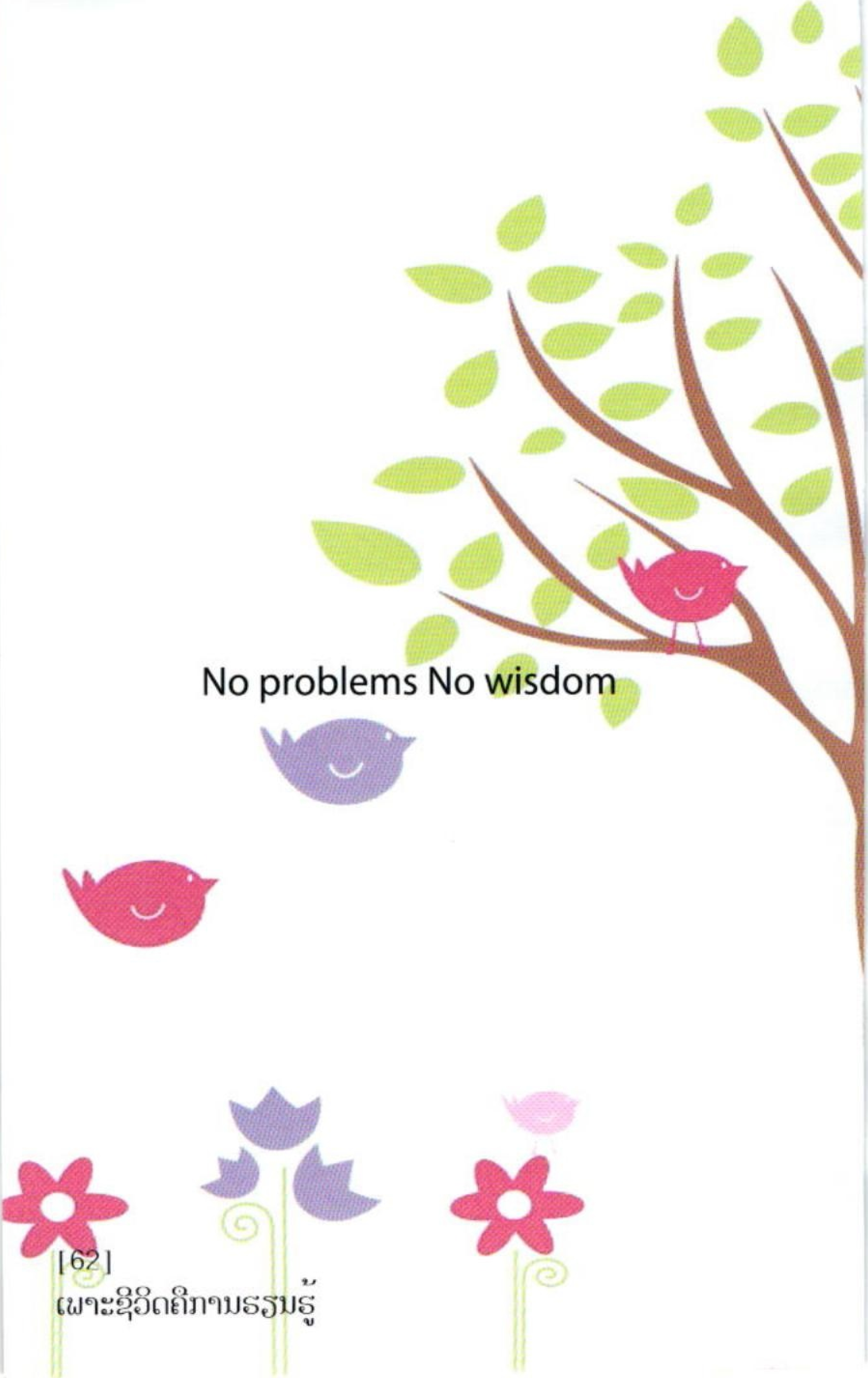
ເພື່ອປຽບທຽບຕົວເອງກັບຄົນອື່ນ

ແຕ່ຈົ່ງໃຊ້ເວລາດັ່ງກ່າວນັ້ນເພື່ອທີ່ຈະຮຽນຮູ້

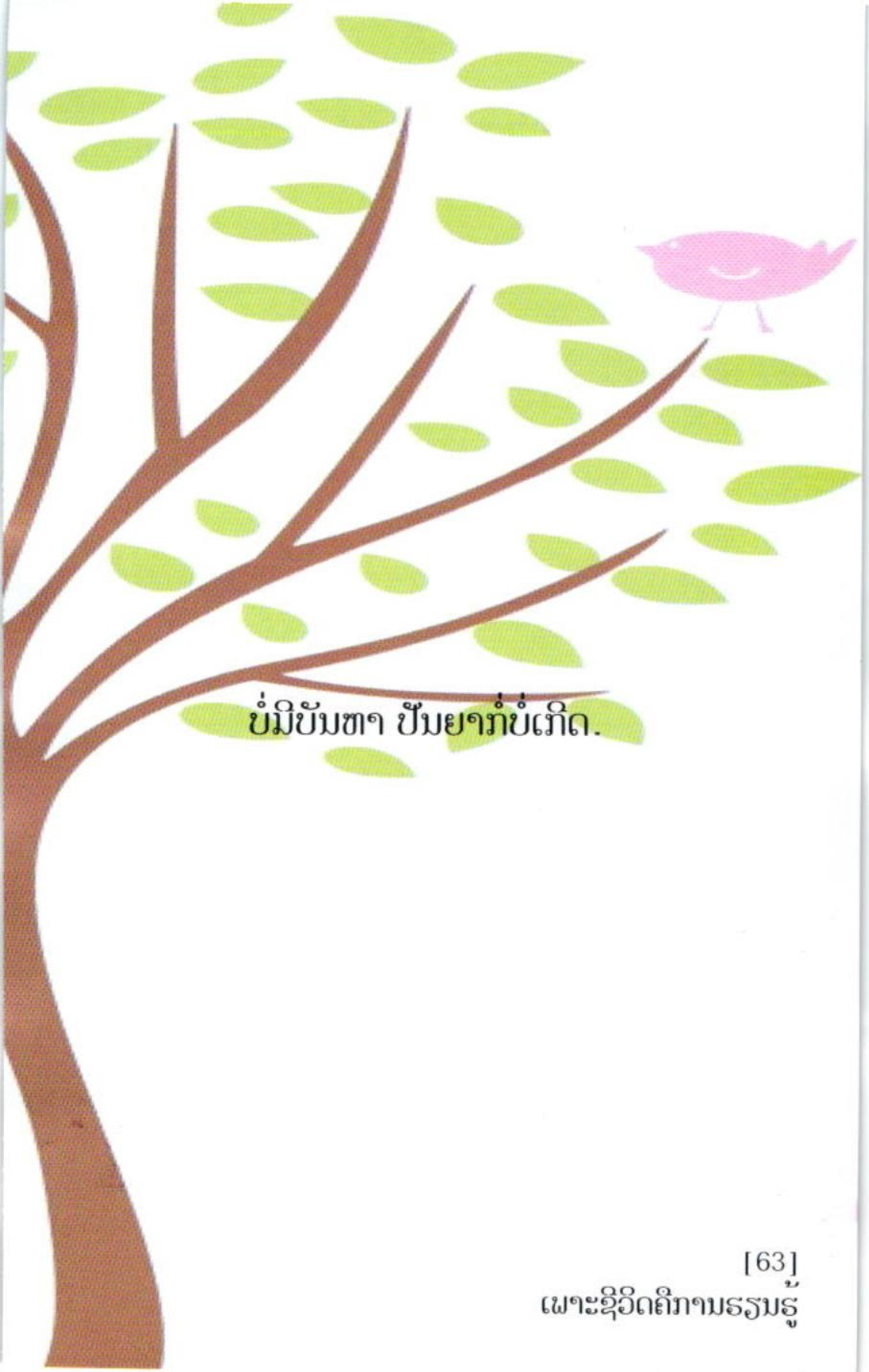
ຕົວເອງແທນ

24/VII ຂ່າມຈາໝ່າຍ

No one in the world can do the best job
of being you than yourself
ບໍ່ມີໃຜໃນໂລກນີ້ສາມາດເຮັດໜ້າທີ່ຂອງເຈົ້າ
ໄດ້ດີທີ່ສຸດນອກຈາກຕົວຂອງເຈົ້າເອງ



No problems No wisdom



ບໍ່ມີບັນຫາ ປັນຍາກໍ່ບໍ່ເກີດ.

ທຸກໆບັນຫາຍ່ອມມາພ້ອມກັບທາງອອກສະເໝີ.

ບັນຫາໃນຊີວິດກໍ່ປຽບດັ່ງຈັກຊັກເຄື່ອງ (ເຄື່ອງຊັກຜ້າ)

ທີ່ທັງໝູນ, ທັງຊັກ, ທັງປັ່ນ

ຈົນສຸດທ້າຍກໍ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາສະອາດຂື້ນ.

ບໍ່ວ່າບັນຫາຕ່າງໆທີ່ຜ່ານເຂົ້າມາໃນຊີວິດ

ຈະໜັກໜາພຽງໃດກໍ່ຕາມ

ຕ່າງກໍ່ເປັນບົດພິສູດສະຕິປັນຍາແລະຄວາມສາມາດ

ຂອງເຮົາ.

ຕາບໃດທີ່ເຮົາໝັ້ນຄົງ, ມີສະຕິ, ວິເຄາະ

ແລະ ພິຈາລະນາດີໆ

ເຮົາກໍ່ຈະສາມາດແກ້ໄຂມັນໄດ້.

ການມີສະຕິຄືການຮູ້ຕົວ, ຕັ້ງໝັ້ນໃນຂະນະປັດຈຸບັນ

ຈຶ່ງຕັດຄວາມກັງວົນ, ຄວາມຢາກຮ້າຍ, ຄວາມທໍ້ແທ້

ທັງໝົດອອກໄປ ແລ້ວເຮົາຈະເກີດປັນຍາ

ແລະ ຫາທາງອອກຂອງບັນຫາດັ່ງກ່າວໄດ້ເອງ.

ກົງກັນຂ້າມທີ່ຫຼາຍເທື່ອຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃນຊີວິດ

ກໍ່ບໍ່ແມ່ນບັນຫາ ແລະ ກໍ່ບໍ່ມີທາງແກ້ໄຂໄດ້,

ນອກຈາກການຍອມຮັບກັບຄວາມເປັນຈິງ.

ການແກ້ໄຂບັນຫາທຸກບັນຫາໃນຊີວິດທີ່ດີທີ່ສຸດ

ຄືການປະເຊີນໜ້າກັບມັນ

ເພາະການໜີບັນຫາກໍ່ບໍ່ຕ່າງຫຍັງຈາກການໜີຄວາມຈິງ

ນອກຈາກເຮົາຈະບໍ່ສາມາດໜີມັນໄດ້ແລ້ວ

ຍິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ບັນຫາທີ່ມີຢູ່ເພີ່ມຂຶ້ນ ແລະ ຮ້າຍແຮງກວ່າເກົ່າ

ແຕ່ກໍ່ບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າເຮົາຈະບໍ່ສາມາດຢຸດພັກ

ເພື່ອຄິດທົບທວນ ແລະ ວາງແຜນໄດ້

ເພາະຫຼາຍໆເທື່ອການທີ່ເຮົາໄດ້ຢຸດທົບທວນດີໆ

ເຮົາຈະເຫັນທາງອອກໄດ້ຊັດເຈນກວ່າການແລ່ນ

ຫາທາງອອກ.

" ທໍ້ໄດ້, ຖອຍໄດ້ ແຕ່ຈົ່ງຢ່າຢຸດທີ່ຈະກ້າວໄປຂ້າງໜ້າ

ຍິ່ງເຮົາແກ້ໄຂບັນຫາໄດ້ໄວເທົ່າໃດ

ກໍ່ຍິ່ງເປັນຜົນດີຕໍ່ຕົວເຮົາເອງເທົ່ານັ້ນ "

ການບົ່ມບັນຫາໄວ້

ບໍ່ຕ່າງຫຍັງເລີຍກັບການຂັງຕົວເອງໄວ້ກັບຄວາມທຸກ

ທີ່ມີແຕ່ຈະກອບໂກຍເອົາຄວາມສຸກ

ແລະ ຫົວໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງຂອງເຮົາໄປ.

ຈົ່ງໃຊ້ຊີວິດຢູ່ກັບຂະນະປັດຈຸບັນ

ເພາະນັ້ນໝາຍເຖິງການມີສະຕິ

ອັນເປັນແຫຼ່ງເກີດຂອງປັນຍາ

ທີ່ຈະກຽມເຮົາໃຫ້ພ້ອມທີ່ຈະປະເຊີນໜ້າ ກັບທຸກບັນຫາທີ່ຈະເຂົ້າມາ ດ້ວຍຄວາມໝັ້ນໃຈ ແລະມີຄວາມສຸກທີ່ຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ແງ່ມຸມຕ່າງໆຂອງ ຊີວິດຫຼາຍຂຶ້ນ.

ມະນຸດເຮົາຖືກສ້າງຂຶ້ນມາພ້ອມກັບ ຄວາມສາມາດໃນ ການຮຽນຮູ້ ເຊິ່ງເປັນອຸປະກອນຕົ້ນທຶນອັນດຽວທີ່ເຮົາມີ ຢູ່ທີ່ຕົວເຮົາເອງ ແລ້ວວ່າເຮົາຈະຝຶກໃຊ້ມັນໃນທິດທາງໃດ ແລະ ເກີດປະໂຫຍດແນວໃດແດ່.

" Be strong Be positive & Don't give up

ຈົ່ງເຂັ້ມແຂງ ຈົ່ງຄິດບວກ ແລະ ຢ່າຍອມແພ້ "

It is true that there is no elevator to succeed

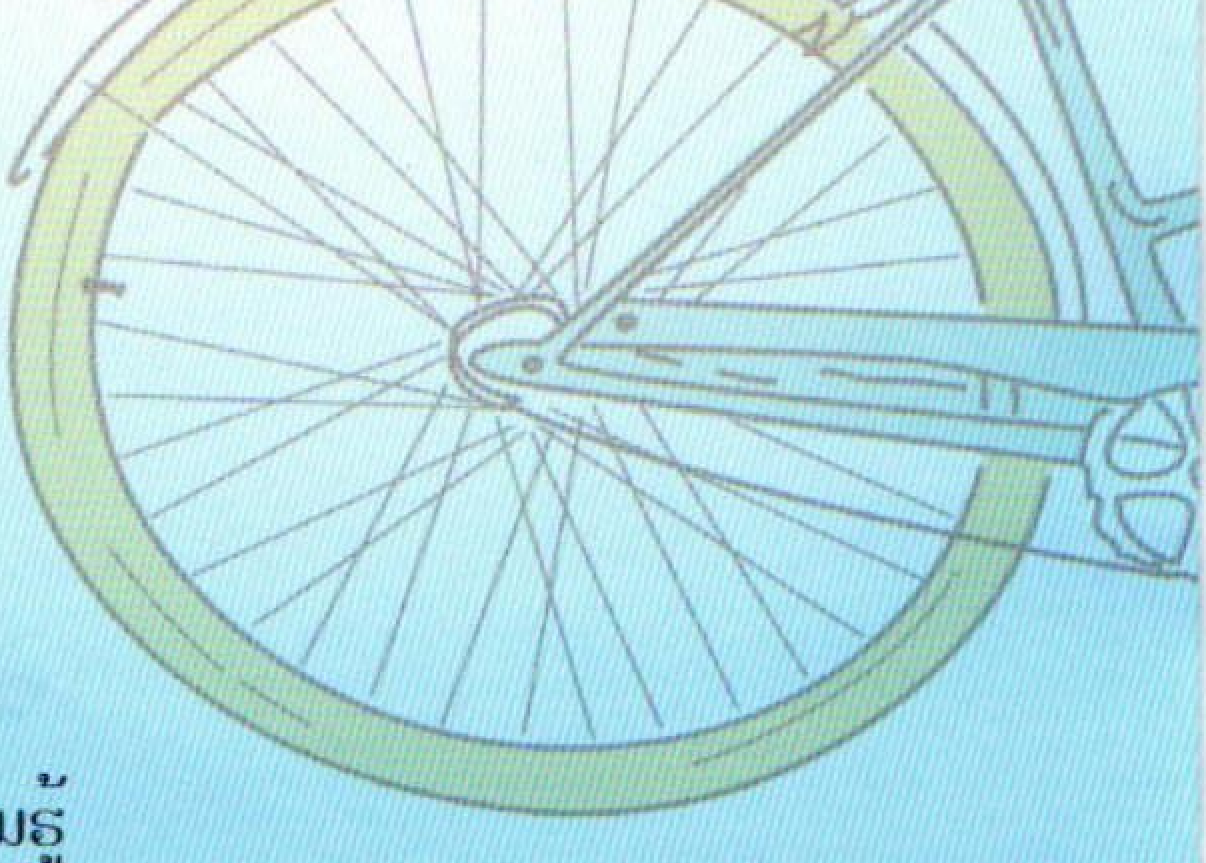
You have to take a stair

And go through every single step by yourself

With you love, patience and hardworking

With your plans, goals and creations

... It is for a person who never stops moving on...



ເຮົາບໍ່ສາມາດປີນລັດ ໄປສູ່ຄວາມສຳເລັດໄດ້,
ແຕ່ຕ້ອງຂ້າມຜ່ານໄປເທື່ອລະບາດກ້າວ
ດ້ວຍຕົວເຮົາເອງ, ດ້ວຍຄວາມຮັກ, ຄວາມອົດທົນ
ແລະ ຄວາມຂະຫຍັນດ້ວຍການວາງແຜນ,
ມີເປົ້າໝາຍ ແລະ ຄວາມສ້າງສັນ.
ແລະ ນີ້ກໍແມ່ນສຳລັບບຸກຄົນທີ່ຈະບໍ່ມີວັນຢຸດ
ທີ່ຈະກ້າວໄປຂ້າງໜ້າ...

... ຄວາມສຳເລັດທີ່ແຕກຕ່າງ...

ທຸກບາດກ້າວສູ່ຄວາມສຳເລັດຂອງແຕ່ລະຄົນຍ່ອມແຕກຕ່າງກັນອອກໄປແລະທຸກໆຄວາມສຳເລັດກໍ່ບໍ່ສາມາດຕີເປັນຄ່າ, ເປັນລາຄາມາປຽບທຽບກັນໄດ້.

[ຄຸນຄ່າຂອງຄວາມສຳເລັດບໍ່ໄດ້ຂຶ້ນຢູ່ທີ່ວ່າ ໝາກຜົນຄວາມສຳເລັດນັ້ນມີຜົນດີຕໍ່ໃຜ, ແນວໃດແດ່ ເພາະຄວາມສຳເລັດຂອງໃຜນັ້ນຍ່ອມມີຄວາມໝາຍເທົ່າຊີວິດ, ເທົ່າຄວາມທຸ່ມເທຂອງບຸກຄົນດັ່ງກ່າວ ແລະ ຄວາມສຳເລັດທີ່ດີຍ່ອມບໍ່ໄດ້ມາຈາກຄວາມທຸກ ແລະ ຄວາມເດືອນຮ້ອນຂອງຜູ້ອື່ນ]

ທຸກຄົນມີຍາມຄວາມສຳເລັດແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ, ສຳລັບບາງຄົນອາດໝາຍເຖິງກຽດຕິຍົດ, ຊື່ສຽງ, ເງິນທອງ,

ການໄດ້ເຮັດວຽກດີໆ, ການມີຄອບຄົວທີ່ອົບອຸ່ນ,

ມີຊີວິດທີ່ໝັ້ນຄົງ, ການຍອມຮັບແລະອື່ນໆ.

ແຕ່ສຳລັບບາງຄົນອາດໝາຍເຖິງການໄດ້ເຮັດຕາມຄວາມຝັນ,

ການສ້າງຮອຍຍິ້ມ, ສ້າງຄວາມສຸກແດ່ຄົນອ້ອມຂ້າງ.

ເຖິງແມ່ນວ່າຄວາມສຳເລັດຂອງເຮົາອາດເລັກນ້ອຍ

ເມື່ອທຽບໃສ່ຫຼາຍໆຄົນ, ແຕ່ບໍ່ວ່າຄວາມສຳເລັດນັ້ນຈະເລັກນ້ອຍ

ຫຼືຍິ່ງໃຫຍ່ເທົ່າໃດກໍ່ຕາມ ... ລ້ວນແລ້ວແຕ່ມີຄຸນຄ່າ,

ມີຄວາມສຳຄັນແລະມີຄວາມໝາຍ

ເພາະຢ່າງນ້ອຍມັນກໍ່ໄດ້ສ້າງຮອຍຍິ້ມ

ແລະຄວາມສຸກໃຫ້ກັບໃຜຈັກຄົນ (ຢ່າງນ້ອຍກໍ່ຕົວເຮົາເອງ).

ການທີ່ເຮົານຳເອົາຜົນສຳເລັດຂອງຕົວເຮົາເອງ

ໄປປຽບທຽບກັບຄົນອື່ນ

ບາງຄັ້ງອາດເຮັດໃຫ້ເຮົາຢາກພະຍາຍາມ

ທີ່ຈະເຮັດສິ່ງທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່ກວ່າເກົ່າ

ແຕ່ໃນເວລາດຽວກັນ, ມັນກໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ເຮົາຮູ້ສຶກທໍ້ແທ້

ແລະ ໝົດຫວັງໄດ້ເຊັ່ນກັນ.

ສະນັ້ນແລ້ວ, ບໍ່ວ່າໝາກຜົນຄວາມສຳເລັດຂອງເຮົາຈະແຕກຕ່າງ

ຈາກຂອງໃຜຜູ້ໃດກໍ່ຕາມ...

ກໍ່ຈົ່ງຊື່ນຊົມ ແລະ ພາກພູມໃຈໃນຕົວເຮົາເອງ

ເພາະຄວາມສຳເລັດຄັ້ງນີ້ຖືວ່າ ເປັນບາດກ້າວທຳອິດ

ທີ່ງົດງາມທີ່ສຸດທີ່ເຮົາຈະກຽມພ້ອມ

ເພື່ອບັນລຸເປົ້າໝາຍທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່ກວ່າໃນອະນາຄົດ.

ຄວາມສຳເລັດທີ່ໄດ້ມາດ້ວຍພຍາຄເຮື່ອແຮງງານ,

ຄວາມຕັ້ງໃຈ,ແຮງກາຍ, ແຮງໃຈຂອງເຮົາເອງ

ເຖິງມັນຈະເປັນພຽງສິ່ງເລັກໆນ້ອຍໆສຳລັບໃຜກໍ່ຕາມ

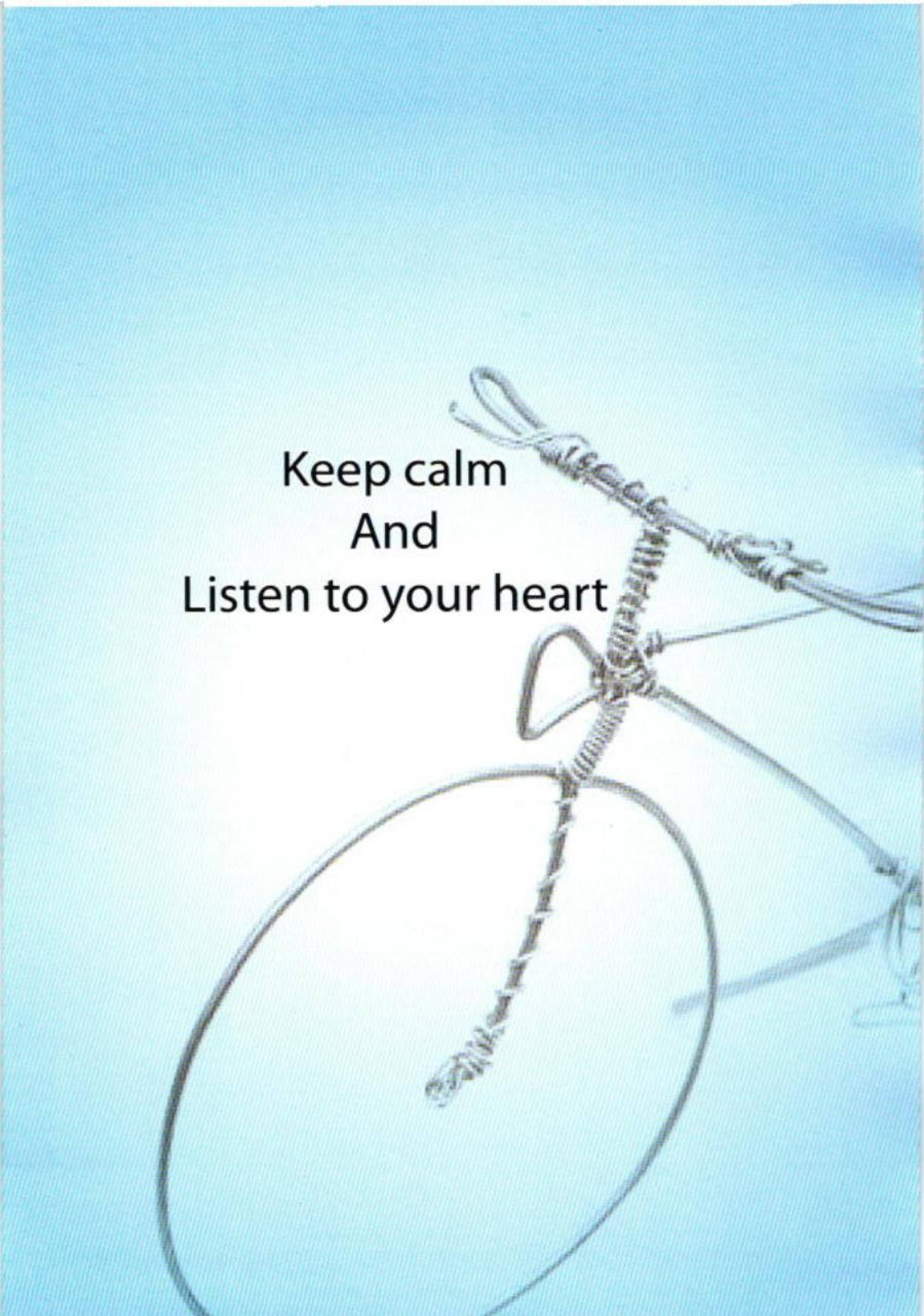
ແຕ່ມັນກໍ່ເປັນແຮງຜັກດັນໃຫ້ເຮົາເຮັດແຕ່ສິ່ງດີໆຕໍ່ໄປ

ນັ້ນຄື " ຄວາມພາກພູມໃຈ " .

[ສິ່ງເລັກໆນ້ອຍໃນມື້ນີ້ຈະກາຍເປັນສິ່ງທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່ໃນ

ມື້ຕໍ່ໆໄປຕາບໃດທີ່ເຮົາຍັງຍ່າງໄປທາງໜ້າ

ແລະບໍ່ມີວັນຢຸດ]


Keep calm
And
Listen to your heart

ຈົ່ງສະຫງົບແລະຟັງສຽງຫົວໃຈ

ບໍ່ມີໃຜຈະສາມາດຢູ່ກັບເຮົາໄດ້ຕະຫຼອດເວລາ.

ຕ່າງຄົນຕ່າງມີໜ້າທີ່, ມີວິຖີຊີວິດທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ ແມ້ນແຕ່ຄອບຄົວທີ່ໃຊ້ຊີວິດຮ່ວມກັນກໍ່ບໍ່ສາມາດຢູ່ຂ້າງໆ ເຮົາໄດ້ທຸກເທື່ອ ພໍເຖິງເວລາທີ່ເໝາະສົມ, ຕ່າງຄົນຕ່າງກໍ່ຕ້ອງແຍກຍ້າຍກັນໄປເຮັດໜ້າທີ່ຂອງຕົວເອງ.

ສ່ວນຄົນທີ່ພ້ອມຈະຢູ່ກັບເຮົາໄປຕະຫຼອດທຸກນາທີ, ທຸກຊົ່ວໂມງ ແລະ ທຸກລົມຫາຍໃຈນັ້ນຄື ຕົວຂອງເຮົາເອງ.

ເຊິ່ງຫຼາຍຕໍ່ຫຼາຍເທື່ອເຮົາກໍ່ລືມທີ່ຈະເອົາໃຈໃສ່ຕົວເອງ ເພາະຄິດວ່າບຸກຄົນອື່ນໆຕ່າງຫາກ ທີ່ຈະບໍ່ມີວັນປ່ອຍໃຫ້ເຮົາຕ້ອງໂດດດ່ຽວ ແລະ ປະເຊີນໜ້າກັບທຸກຢ່າງພຽງຄົນດຽວ.

ສຳລັບບາງຄົນທີ່ໃຊ້ຊີວິດຂຶ້ນກັບຄົນອື່ນ

ເອົາສິ່ງອື່ນໆມາເປັນທີ່ຕັ້ງຂອງຊີວິດ

ບຸກຄົນດັ່ງກ່າວຄືຈະບໍ່ມີວັນໄດ້ຮູ້ຈັກຕົວເອງ.

ການເຂົ້າໃຈຕົວເອງແມ່ນມີຄວາມສຳຄັນຫຼາຍ

ບໍ່ຕ່າງຈາກການມີເປົ້າໝາຍທີ່ຊັດເຈນ

ເພາະຄົນທີ່ຈະເຂົ້າໃຈ

ແລະຕອບທຸກໆຄຳຖາມຂອງຊີວິດເຮົາໄດ້

ກໍ່ຄືຕົວຂອງເຮົາເອງ.

ຕາບໃດທີ່ເຮົາຍັງໃຊ້ຊີວິດຕາມສຽງຂອງຄົນອື່ນ

ທີ່ຄອຍບອກວ່າເຮົາຄວນເຮັດນັ້ນ, ເຮັດນີ້,

ເປັນແບບນັ້ນ, ແບບນີ້ຈຶ່ງຈະດີ

ເຮົາເອງຈະບໍ່ມີວັນໄດ້ໃຊ້ຊີວິດ ແລະ ຈະບໍ່ມີວັນໄດ້ຍິນ

ສຽງຂອງຕົວເອງ.

ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າ

ສຽງຂອງຄົນອື່ນບໍ່ມີຄວາມໝາຍ

ແຕ່ກົງກັນຂ້າມມັນຈະມີຄວາມໝາຍໄດ້

ກໍ່ຕໍ່ເມື່ອເຮົາຟັງເປັນ, ຮູ້ຈັກຟັງແລະຮູ້ຈັກພິຈາລະນາ.

ສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດຂອງທຸກຄົນ ແຕກຕ່າງກັນ

ນັ້ນ ກໍ່ຂື້ນຢູ່ທີ່ຄວາມພຶງພໍໃຈສ່ວນຕົວຂອງໃຜລາວ.

ການໄດ້ເລືອກສິ່ງຕ່າງໆທີ່ຄວນເຮັດ

ການໄດ້ເລືອກດ້ວຍຕົວເຮົາເອງ

ມັນຍ່ອມເປັນສິ່ງທີ່ດີກວ່າສະເໝີ

ເພາະບໍ່ວ່າສິ່ງທີ່ເຮົາເລືອກໄປແລ້ວນັ້ນຈະດີຫຼືບໍ່ດີ ສຳລັບໃຜ

ແຕ່ກໍ່ລ້ວນແລ້ວແຕ່ເປັນສິ່ງທີ່ດີ ແລະ ເປັນສິ່ງທີ່ເໝາະສົມ

ທີ່ສຸດສຳລັບເຮົາ.

ເຖິງແມ່ນວ່າມື້ໜຶ່ງເຮົາຈະຄົ້ນພົບວ່າ

ສິ່ງທີ່ເຮົາເລືອກນັ້ນຜິດ ແລະ ບໍ່ແມ່ນສິ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດ

ກໍ່ຈົ່ງຄິດວ່າ ຢ່າງນ້ອຍມັນກໍໄດ້ເຮັດໃຫ້ເຮົາໄດ້ມີໂອກາດ

ຮູ້ຈັກກັບສິ່ງທີ່ດີກວ່າ.

ສະນັ້ນ, ຈົ່ງໃຊ້ເວລາຢູ່ກັບຕົວເອງໃຫ້ຫຼາຍ

ເພື່ອທີ່ຈະໄດ້ເຂົ້າໃຈແລະຮູ້ຈັກຕົວເອງຫຼາຍຂື້ນ

ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ຫົວໃຈຂອງເຮົາກໍ່ຍ່ອມເປັນສິ່ງທີ່ດີກວ່າສະເໝີ.

ລອງຕັ້ງຄຳຖາມກັບຕົວເອງເບິ່ງວ່າ

ທີ່ແທ້ແລ້ວເຮົາຕ້ອງການຫຍັງ, ເຮົາຈະໃຊ້ຊີວິດທີ່ເຫຼືອຢູ່ເພື່ອຫຍັງ

ທຸກໆຄຳຕອບທີ່ເຮົາຕອບມາທັງໝົດນັ້ນ,

ລ້ວນແຕ່ມີເຫດຜົນໃນຕົວຂອງມັນເອງ

ແລະເຫດຜົນນັ້ນລະຄືຕົວຕົນຂອງເຮົາ.

ກຳລັງໃຈທີ່ດີທີ່ສຸດຄືກຳລັງໃຈຈາກຕົວເຮົາເອງ

ການເລືອກທີ່ດີທີ່ສຸດຄືການໄດ້ເລືອກດ້ວຍຕົວເຮົາເອງ

ສຽງທີ່ມ່ວນທີ່ສຸດຄືສຽງຂອງຕົວເຮົາເອງ

ແລະ ອ້ອມກອດທີ່ອົບອຸ່ນທີ່ສຸດຄືອ້ອມກອດ

ທີ່ເຮົາກອດຕົວເອງດ້ວຍຄວາມຮັກ.

Be yourself & Love yourself

ຈົ່ງເປັນຕົວເອງແລະຮັກຕົວເອງ.

24/VII
ຫ້າມຈຳໜ່າຍ

Change is never get to be easy

You have to fight with it

Trying to hold it on

And let it go at the same time.

If you don't change, you will never

get to improve.

ການປ່ຽນແປງບໍ່ເຄີຍເປັນເລື່ອງງ່າຍເລີຍ
ເຮົາຕ້ອງໄດ້ຕໍ່ສູ້ກັບມັນ,
ເພື່ອທີ່ຈະຍັງສາມາດຢືນຢູ່ຕໍ່ໄປໃຫ້ໄດ້
ແລະ ເພື່ອທີ່ຈະປ່ອຍມັນໄປ.

ໃນທາງກັບກັນ, ຖ້າເຮົາບໍ່ປ່ຽນແປງ
ເຮົາກໍຄືງບໍ່ມີທາງທີ່ຈະໄດ້ປັບປຸງ

ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຍ່ອມປ່ຽນແປງໄປຕາມການເວລາ.

ການປ່ຽນແປງຕ່າງໆໃນຊີວິດເຮົາ

ກໍ່ມີທັງການປ່ຽນແປງທີ່ດີຂຶ້ນເຊິ່ງເອີ້ນວ່າການພັດທະນາ

ແລະການປ່ຽນແປງທີ່ຮ້າຍກວ່າເກົ່າເຊິ່ງເອີ້ນວ່າການທົດຖອຍ

ເຊິ່ງຫຼາຍຕໍ່ຫຼາຍເທື່ອກໍ່ເກີດຂຶ້ນໂດຍທີ່ເຮົາບໍ່ທັນໄດ້ຕັ້ງຕົວ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນການປ່ຽນແປງແບບໃດ

ເຮົາກໍ່ຕ້ອງໄດ້ປັບຕົວເພື່ອດຳເນີນຊີວິດຕໍ່ໄປ

ທ່າມກາງການປ່ຽນແປງດັ່ງກ່າວຢ່າງມີຄວາມສຸກ.

ທຸກໆການປ່ຽນແປງທີ່ເກີດຂຶ້ນ

ຍ່ອມມີຄວາມໝາຍບໍ່ນ້ອຍກັບຊີວິດ

ເພາະເຮົາຕ້ອງໄດ້ປັບປ່ຽນທັດສະນະຄະຕິ, ວິຖີຊີວິດ,

ຄວາມຄິດແລະອື່ນໆ ເພື່ອໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບສະພາບ

ຄວາມເປັນຈິງ.

ຖ້າເປັນຕົວເຮົາເອງທີ່ເລືອກຈະປ່ຽນແປງສິ່ງໃດໜຶ່ງ

ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອວ່າເຮົາທຸກຄົນຄົງເລືອກທີ່ຈະປ່ຽນແປງ

ເພື່ອສິ່ງທີ່ດີກວ່າສະເໝີ.

ໃນບົດຮຽນຊີວິດບົດນີ້

ເຮົາຈະມາຮຽນຮູ້ກັບການປ່ຽນແປງດ້ານລົບ

ທີ່ເຮົາທຸກຄົນຕ້ອງປະເຊີນໜ້າຈັກຄັ້ງໜຶ່ງໃນຊີວິດ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນເຫດການຕ່າງໆທີ່ເກີດຂຶ້ນກະທັນຫັນ

ຢ່າງທີ່ເຮົາບໍ່ເຄີຍຄາດຄິດມາກ່ອນ

ເຊັ່ນການສູນເສຍຕ່າງໆທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມເສຍໃຈ, ຜິດຫວັງ

ແລະອື່ນໆ.

ຊ່ວງເວລາແຫ່ງການສູນເສຍເປັນຊ່ວງເວລາທີ່ທໍລະມານທີ່ສຸດ

ແຕ່ຖ້າເຮົາລອງມາຄິດກັບກັນໃນແງ່ມຸມດີງດ້ວຍຄວາມມີສະຕິ

ເຮົາກໍ່ຈະພົບວ່າເຫດການດັ່ງກ່າວນັ້ນ
ເກີດຂຶ້ນເພື່ອເປັນບົດຮຽນອັນລ້ຳຄ່າ,
ເປັນສັນຍານເຕືອນໃນການດຳລົງຊີວິດ.

ສິ່ງບໍ່ດີຕ່າງໆທີ່ເກີດຂຶ້ນຈະເປັນປະສົບການ
ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາກ້າວໄປຂ້າງ
ໜ້າໂດຍທີ່ຈະບໍ່ກັບມາຜິດແລະມາຢືນ
ຢູ່ບ່ອນເກົ່າອີກຄັ້ງ.

ການຍອມຮັບກັບການປ່ຽນແປງຕ່າງໆບໍ່ແມ່ນເລື່ອງ
ງ່າຍເລີຍແຕ່ກໍ່ຄືງບໍ່ຍາກເກີນໄປທີ່ເຮົາຈະເຮັດໄດ້
ເພາະຖ້າເຮົາຫັນກັບໄປເບິ່ງເລື່ອງລາວຕ່າງໆທີ່ຮ້າຍແຮງກວ່ານີ້
ເຮົາຍັງສາມາດຜ່ານມັນໄປໄດ້.

ຂ້າພະເຈົ້າຄົງບໍ່ສາມາດຫ້າມໄດ້ວ່າບໍ່ໃຫ້ທ່ານຜູ້ອ່ານເສຍໃຈ,

ທໍ້ແທ້ ແລະ ຜິດຫວັງກັບສິ່ງທີ່ເກີດຂຶ້ນ

ແຕ່ສິ່ງທີ່ຂ້າພະເຈົ້າຢາກບອກຄື

ຢ່າຢ້ານກັບຄວາມປ່ຽນແປງ

ເພາະບໍ່ມີຫຍັງເລີຍທີ່ຈະບໍ່ປ່ຽນແປງ

ບໍ່ວ່າການປ່ຽນແປງນັ້ນຈະດີກວ່າເກົ່າ ຫຼື ຮ້າຍກວ່າເກົ່າ

ກໍ່ຂໍໃຫ້ເຮົາຈົ່ງໝັ້ນຄົງ, ຍຶດໝັ້ນ ແລະ ຕັ້ງໝັ້ນໃນຄວາມດີ.

ຈົ່ງປິດຕາ, ເປີດໃຈ, ຕັດອະຄະຕິ,

ຕັດຄຳວ່າ "ຂອງເຮົາ" ອອກໄປ

ແລ້ວເຮົາຈະພົບກັບຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ.

ເຮົາບໍ່ສາມາດແຊກກິດເກນຂອງທຳມະຊາດໄດ້

ນັ້ນກໍ່ຄືທຸກຢ່າງຍ່ອມປ່ຽນແປງແລະດັບສະຫຼາຍ

ໄປຕາມການເວລາຂອງມັນ

ບໍ່ມີສິ່ງໃດທີ່ຮຽງແທ້ແລະຖາວອນ

ແມ່ນແຕ່ຮ່າງກາຍແລະລົມຫາຍໃຈຂອງເຮົາເອງ

ສະນັ້ນ, ການຍອມຮັບກັບຄວາມເປັນຈິງ

ຄືງເປັນທາງອອກທີ່ດີທີ່ສຸດ

ເພາະເຮົາບໍ່ສາມາດກັບໄປປ່ຽນແປງອະດີດໄດ້

ແຕ່ເຮົາສາມາດແກ້ໄຂປັດຈຸບັນ

ແລະສ້າງອະນາຄົດທີ່ດີກວ່າໄດ້.

To be happy is to be yourself
To be yourself is to love.

ການມີຄວາມສຸກຄືການໄດ້ເປັນຕົວຂອງຕົວເອງ
ການເປັນຕົວຂອງຕົວເອງຄືການຮັກ

ຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງຢູ່ໃສ ?

ອີງຕາມສະພາບຄວາມເປັນຈິງຂອງສັງຄົມ

ຫຼື ໂລກປັດຈຸບັນແຫ່ງການແຂ່ງຂັນ

ກໍ່ຄົງປະຕິເສດບໍ່ໄດ້ວ່າທຸກມື້ນີ້ພວກເຮົາໃຊ້ຊີວິດ

ແລ່ນຕາມຫາຄວາມສຸກດ້ວຍກັນທັງນັ້ນ

ຕ່າງກໍ່ຍາດຊີງ, ຕັ້ງໜ້າຕັ້ງຕາຮຽນໜັງສື, ເຮັດວຽກ, ຫາເງິນ

ເພື່ອຖານະຊີວິດທີ່ດີຂຶ້ນ

ຈົນລືມໄປວ່ານິຍາມທີ່ແທ້ຈິງຂອງຄວາມສຸກ

ຂອງຕົວເອງນັ້ນແມ່ນຫຍັງ?

ຫຼາຍຄົນສະແຫວງຫາຄວາມສຸກ

ທັງໆທີ່ບໍ່ຮູ້ວ່າຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງນັ້ນແມ່ນຫຍັງ

ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ເຂົ້າໃຈ ແລະ ມີຄວາມເຊື່ອແບບຜິດໆວ່າ

ຄວາມສະດວກສະບາຍຄືຄວາມສຸກເຊັ່ນ:
ການມີເງິນໝູນໃຊ້ຢ່າງບໍ່ຂາດມື, ການມີບົດບາດໃນສັງຄົມ,
ການໄດ້ໃຊ້ເຄື່ອງຂອງແພງໆແລະອື່ນໆ.

ເຖິງແມ່ນວ່າເຮົາທຸກຄົນຈະມີນິຍາມ, ມີວິທີຕອບສະໜອງ
ແລະ ສະແດງອອກເຖິງຄວາມສຸກທີ່ແຕກຕ່າງ
ແຕ່ທ່ານໝັ້ນໃຈບໍວ່າວິທີການດັ່ງກ່າວນັ້ນບໍ່ແມ່ນການຕອບ
ສະໜອງຄວາມຢາກ ຫຼື ຄວາມຕ້ອງການ
ເພາະຖ້າເປັນເຊັ່ນນັ້ນທ່ານກໍ່ຄືງບໍ່ພົບກັບຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ.

**ເຖິງແມ່ນວ່າການໄດ້ໃຊ້ເຄື່ອງຂອງລາຄາແພງ
ອາດເຮັດໃຫ້ຮູ້ສຶກດີ, ມີຄຸນຄ່າ, ມີລາຄາ
ຫຼື ເປັນເຄື່ອງມືວັດແທກຄວາມຮັ່ງມີ
ແຕ່ສິ່ງເຫຼົ່ານັ້ນກໍ່ບໍ່ສາມາດບົ່ງບອກເຖິງຄວາມສຸກໄດ້.**

ເພາະສິ່ງຂອງວັດຖຸທີ່ສາບສວຍພຽງພາຍນອກຕ່າງໆນັ້ນ
ອາດເກີດຂຶ້ນມາຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການພຽງຊົ່ວຄາວ.

ຄວາມຮູ້ສຶກດີຂອງການໄດ້ຄອບຄອງ
ການເປັນເຈົ້າຂອງສິ່ງຂອງດັ່ງກ່າວ
ເກີດຂຶ້ນ ແລະ ດັບໄປໃນທັນທີ
ແລະ ຍິ່ງເພີ່ມທະວີຄູນຄວາມຕ້ອງການໄປເລື້ອຍໆ
ຢ່າງສິ້ນສຸດ.

ຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງແຕກຕ່າງຢ່າງສິ້ນເຊີງກັບຄວາມສະດວກ
ສະບາຍ ເພາະຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ ບໍ່ໄດ້ຂຶ້ນຢູ່ທີ່ວັດຖຸສິ່ງຂອງໃດໆ
ບໍ່ໄດ້ຢູ່ທີ່ໃຜຜູ້ໃດຜູ້ໜຶ່ງ
ແຕ່ຫາກຢູ່ທີ່ຕົວຂອງເຮົາເອງ
ນັ້ນຄືການຍອມຮັບໃນສິ່ງທີ່ມີ, ສິ່ງທີ່ເປັນ
ຢູ່ໃນຄວາມພໍດີ, ບໍ່ນ້ອຍແລະບໍ່ຫຼາຍຈົນເກີນໄປ

ລວມທັງການປ່ອຍວາງກັບຄວາມຍາກຕ່າງໆ
ທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມທຸກແກ່ຜູ້ອື່ນແລະຕົວຂອງເຮົາເອງ.

ຈຶ່ງເຊົາຕອບສະໜອງຄວາມຢາກ, ຄວາມຕ້ອງການ
ແລະ ຈຶ່ງເຂົ້າໃຈສັດຈະທຳທີ່ວ່າ
ຄວາມຢາກບໍ່ມີວັນສິ້ນສຸດ.

ນີ້ຄືງເຖິງເວລາແລ້ວທີ່ເຮົາຕ້ອງຫັນກັບມາຖາມຕົວເອງວ່າ
ສິ່ງທີ່ເຮົາກຳລັງເຮັດຢູ່ນັ້ນເຮົາມີຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງບໍ
ເພາະຄືງເປັນເລື່ອງທີ່ໜ້າເສຍດາຍທີ່ສຸດ
ຫາກເຮົາບໍ່ເຄີຍລອງຊີມລົດຊາດຂອງຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ
ໃນຊີວິດນີ້, ຊີວິດດຽວທີ່ມີຢູ່.

ຄວາມສຸກຂອງທຸກຄົນມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ

ແຕ່ຫາກປາດຖະໜາທີ່ຈະມີຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ

ກໍ່ຈົ່ງຢ່າຍຶດຕິດກັບທຸກສິ່ງ ແລະ ນັ້ນກໍ່ຄື

ຄວາມສຸກໃນຂະນະປັດຈຸບັນທີ່ກຳລັງຫາຍໃຈຢູ່

Light up your life by yourself.

ສ້າງແສງສະຫວ່າງຂອງຊີວິດດ້ວຍຕົວເຮົາເອງ.

ຕະຫຼອດການເດີນທາງຂອງຊີວິດ

ທີ່ເຕັມໄປດ້ວຍຮອຍຍິ້ມ ແລະ ນ້ຳຕາ

ທີ່ເປັນສ່ວນປະກອບໃຫ້ຊີວິດນີ້ສົມບູນຍິ່ງຂຶ້ນ.

ການປະເຊີນໜ້າກັບບັນຫາຕ່າງໆ

ການປະເຊີນໜ້າກັບການປ່ຽນແປງຕ່າງໆ

ຍັງຄືງເປັນສິ່ງທີ່ທ້າທາຍຄວາມສາມາດ

ແລະ ຄວາມໝັ້ນຄົງພາຍໃນຈິດໃຈຢູ່ສະເໝີ.

ເພາະທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຍ່ອມບໍ່ຖາວອນ ແລະ ຍັ້ງຢືນ

ທຸກໆຊີວິດຍ່ອມມີຈຸດພິກຜັນ, ມີຈຸດຫັກເຫທີ່ແຕກຕ່າງກັນອອກໄປ

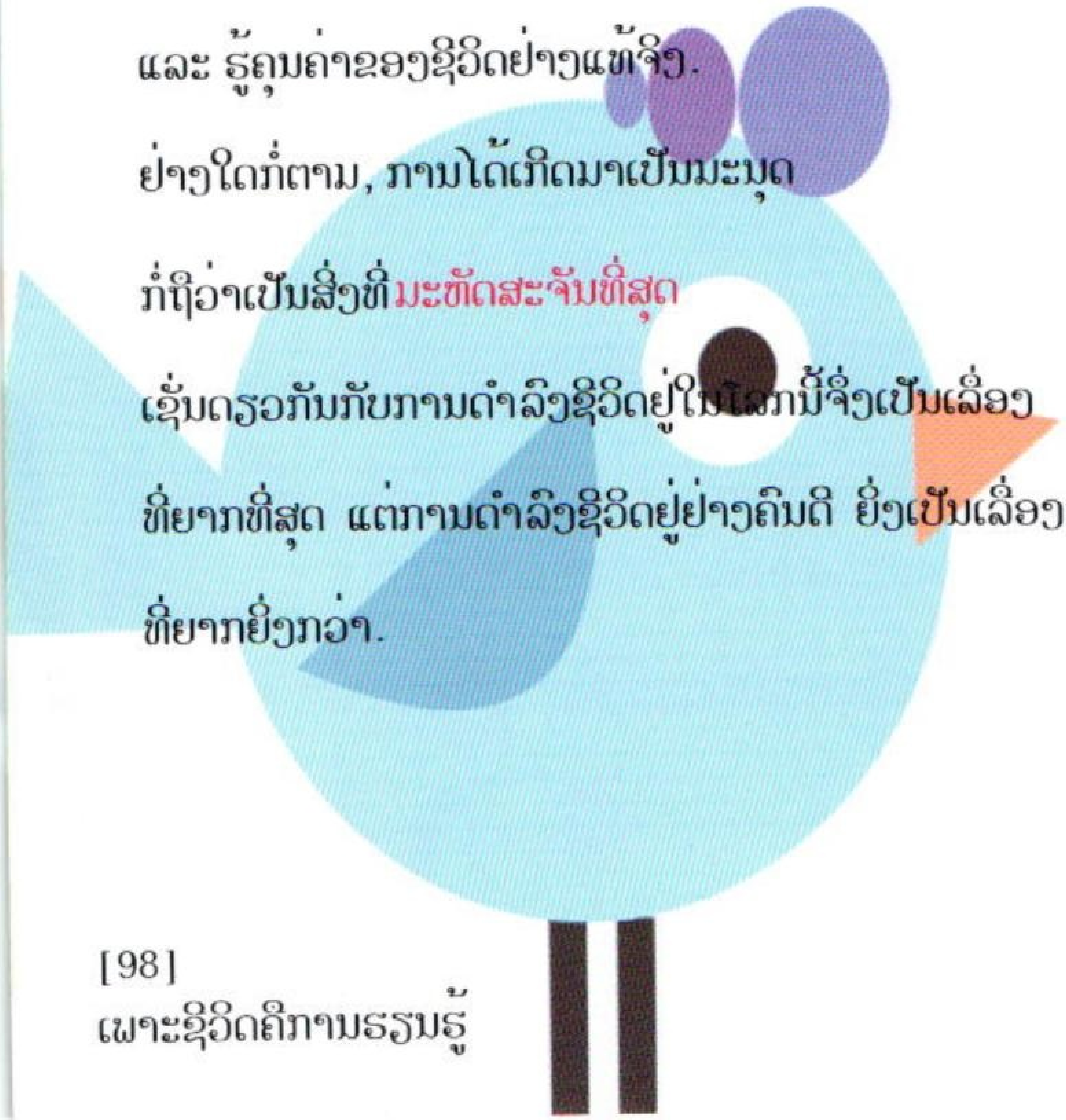
ເພາະຖ້າຫາກຊີວິດນີ້ປາສະຈາກການປ່ຽນແປງ

ແລ້ວເຮົາຈະມີໂອກາດໄດ້ຮຽນຮູ້ແລະພັດທະນາໄດ້ແນວໃດ?

ການຮັບມືກັບສະຖານະການຕ່າງໃນຊີວິດໄດ້ດີທີ່ສຸດ ບໍ່ວ່າຈະເປັນເລື່ອງລາວຂອງຄວາມສຸກຫຼືຄວາມທຸກກໍ່ດີ ຕົວເຮົາເອງ ຈຶ່ງເບິ່ງທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງທີ່ຜ່ານເຂົ້າມາ ເປັນໂອກາດແຫ່ງການຮຽນຮູ້.

ທຸກໆການປ່ຽນແປງໃນຊີວິດ, ທຸກໆຊ່ວງໄລຍະຂອງຊີວິດ ຍ່ອມມີບົດຮຽນແອບແຝງເພື່ອໃຫ້ເຮົາກຽມພ້ອມທີ່ຈະພັດທະນາ ຕົວເອງທັງກາຍແລະໃຈ, ໃຫ້ເປັນຄົນທີ່ມີຄຸນນະພາບ ແລະ ຮູ້ຄຸນຄ່າຂອງຊີວິດຢ່າງແທ້ຈິງ.

ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ການໄດ້ເກີດມາເປັນມະນຸດ ກໍ່ຖືວ່າເປັນສິ່ງທີ່ມະຫັດສະຈັນທີ່ສຸດ ເຊັ່ນດຽວກັນກັບການດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນໂລກນີ້ຈຶ່ງເປັນເລື່ອງ ທີ່ຍາກທີ່ສຸດ ແຕ່ການດຳລົງຊີວິດຢູ່ຢ່າງຄົນດີ ຍິ່ງເປັນເລື່ອງ ທີ່ຍາກຍິ່ງກວ່າ.



ແສງສະຫວ່າງຂອງຊີວິດ

ອາດບໍ່ໄດ້ຢູ່ທີ່ປາຍທາງຂອງຊີວິດສະເໝີໄປ

ແຕ່ແສງສະຫວ່າງຂອງຊີວິດຢູ່ທີ່ຕົວເຮົາເອງ,

ຢູ່ທີ່ເຈົ້າຂອງຊີວິດ ຖ້າຫາກປາດຖະໜາຢາກສ້າງຊີວິດ

ນີ້ໃຫ້ງົດງາມແລະສົດໃສ

ກໍ່ຈົ່ງເລີ່ມຕົ້ນຈາກຕົວເຮົາເອງ

ດ້ວຍການຄິດດີ, ເວົ້າດີ ແລະເຮັດດີ.

ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

ປະສົບການ ແລະ ເລື່ອງລາວຕ່າງໆທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນຊີວິດ

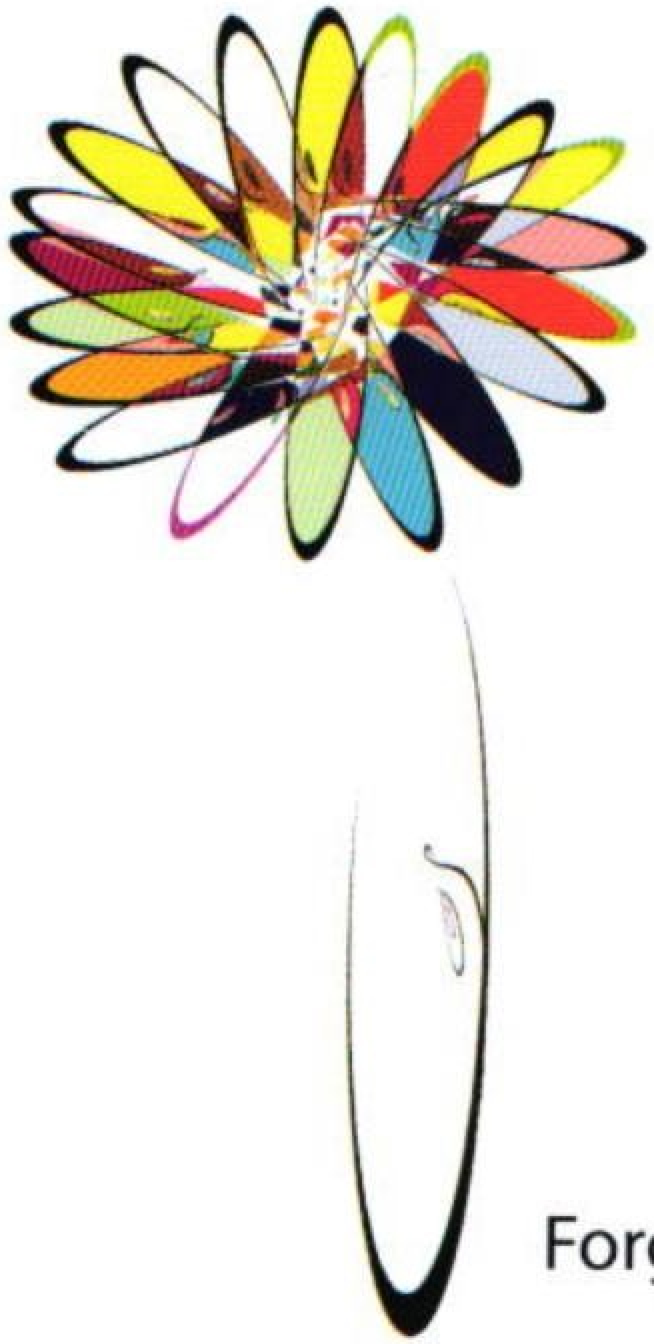
ບໍ່ວ່າຈະສຸກຫຼືທຸກກໍ່ດີ ກໍ່ຂໍໃຫ້ເຮົາຈົ່ງມີສະຕິຕັ້ງໝັ້ນ

ໃນຄຸນງາມຄວາມດີ

ແລ້ວເຮົາຈະສາມາດດຳເນີນຊີວິດຕໍ່ໄປຢ່າງມີຄວາມສຸກທີ່ແທ້ຈິງ.

... ແລະສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ເອງທີ່ຈະເປັນປຸ໋ຍທຳມະຊາດ ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ຕົ້ນໄມ້ຊີວິດຕົ້ນນີ້ຈະເລີນເຕີບໂຕ, ວິດງາມ, ແຂງແຮງແລະສົມບູນທີ່ພ້ອມຈະຕໍ່ສູ້ກັບໄພທຳມະຊາດແລະລົມມໍລະສຸມຕ່າງໆທີ່ຈະຜ່ານເຂົ້າມາ...

24 / VII
ຫ້າມຈຳໜ່າຍ



Forget what hurt you

But never forgot what taught you

Because the only failure in your life

Is you learn nothing at all.

ຈົ່ງລືມສິ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເຈັບ

ແຕ່ຢ່າລືມສິ່ງທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ຈາກມັນ

ການທີ່ໄດ້ໄປຢືນຢູ່ຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດ

ອາດເຮັດໃຫ້ເຫັນທິວທັດທີ່ງາມທີ່ສຸດ

ແຕ່ໃນຂະນະດຽວກັນມັນກໍ່ເປັນຈຸດທີ່ໜາວທີ່ສຸດ

ແລະເຈັບທີ່ສຸດເມື່ອຕົກລົງ.

[ປາຍທາງຂອງຄວາມສຳເລັດຈະງົດງາມສະເໝີ

ແຕ່ຈຸດຈົບຂອງຄວາມລົ້ມເຫຼວກໍ່ງົດງາມບໍ່ແພ້ກັນ]

ຂ້າພະເຈົ້າເຊື່ອວ່າບຸກຄົນທີ່ຈະໄປຢືນຢູ່ຈຸດສູງສຸດໄດ້

ຫຼື ບຸກຄົນທີ່ປະສົບຄວາມສຳເລັດຕ່າງໆ

ລ້ວນແລ້ວແຕ່ໄດ້ຜ່ານຜ່າອຸປະສັກ, ຄວາມຫຍຸ້ງຍາກຕ່າງໆ

ມາແລ້ວ.

ແຕ່ບາງທີ່ໃນຂະນະທີ່ເຮົາກຳລັງເດີນທາງ
ມຸ່ງໜ້າສູ້ຄວາມສຳເລັດນັ້ນ,
ຕາມທາງເຮົາອາດບໍ່ໄດ້ເກັບກ່ຽວທຸກຢ່າງໄດ້ດີພໍ
ແລະເຮົາກໍ່ອາດຈະພາດສິ່ງດີໆໄປນຳ.

ສະນັ້ນແລ້ວ, ຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດ
ບໍ່ສາມາດຢັ້ງຢືນຄວາມເຂັ້ມແຂງຂອງເຮົາໄດ້.

ຢ່າງທີ່ເຮົາຮູ້ກັນວ່າໃນໂລກນີ້ບໍ່ມີຫຍັງແນ່ນອນ
ເມື່ອເຮົາສາມາດໄປຢືນຢູ່ຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດໄດ້
ໂອກາດທີ່ເຮົາຈະຕົກລົງພື້ນກໍ່ມີບໍ່ນ້ອຍເຊັ່ນກັນ.

ຍິ່ງຂຶ້ນໄປສູງເທົ່າໃດ

ເມື່ອເຮົາຕົກລົງມາກໍ່ຍິ່ງເຈັບເທົ່ານັ້ນ

ຖ້າເຮົາບໍ່ມີເຄື່ອງມືປ້ອງກັນທີ່ດີພໍ.

ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າ

ເຮົາຕ້ອງຫວາດລະແວງກັບຄວາມສຳເລັດທີ່ໄດ້ມາ

ແຕ່ຫາກແມ່ນຢາກໃຫ້ເຮົາເຂົ້າໃຈສັດຈະທຳ

ຂອງໂລກນີ້ຕ່າງຫາກວ່າ

ຄວາມສຳເລັດທີ່ເຮົາໄດ້ມາກໍ່ຫາກວ່າຈະຖາວອນ

ແລະຈະຢູ່ກັບເຮົາຕະຫຼອດໄປ

ເພາະເມື່ອເຮົາໄປຍືນຢູ່ຈຸດນັ້ນແລ້ວ

ເຮົາຈຶ່ງຈະສາມາດເກັບກ່ຽວເອົາໝາກຜົນຄວາມສຳເລັດ

ໄດ້ເຕັມທີ່ດ້ວຍຄວາມສະບາຍໃຈ.

ໃນຂະນະທີ່ເຮົາກຳລັງປີນຂຶ້ນໄປຫາຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດ

ເຮົາຄວນສ້າງເກາະປ້ອງກັນໃຫ້ຕົວເຮົາເອງ

ສ້າງຈິດໃຈທີ່ເຂັ້ມແຂງ, ໝັ້ນຄົງ ແລະບໍ່ຍຶດຕິດກັບສິ່ງໃດ

ເພາະທຸກຢ່າງສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້ຕະຫຼອດເວລາ.

ຖ້າເຮົາເຂັ້ມແຂງ ແລະ ແຂງແຮງພໍ

ຕໍ່ໃຫ້ຕົກຈາກບ່ອນສູງເທົ່າໃດ

ກໍ່ຄົງບໍ່ສາມາດທຳລາຍຊີວິດເຮົາໄດ້

ເພາະການກັບມາຢືນຢູ່ຈຸດເລີ່ມຕົ້ນອີກເທື່ອໜຶ່ງ

ຢ່າງນ້ອຍກໍ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາເຫັນວ່າເຮົາໄດ້ພາດສິ່ງດີງຫຍັງໄປແນ່.

" ຈຸດທີ່ສູງທີ່ສຸດສາມາດເຫັນທິວທັດ

ໄດ້ກວ້າງໄກສຸດສາຍຕາ ສັນໃດ

ຈຸດທີ່ຕ່ຳທີ່ສຸດຍ່ອມສາມາດເບິ່ງເຫັນລາຍລະອຽດ

ທີ່ຊັດເຈນທີ່ສຸດສັນນັ້ນ ".

ປາຍທາງຂອງຄວາມສຳເລັດມີຄົນມາກໜ້າຫຼາຍ

ຕາຄອຍຍືນຕົບມື, ມາຕ້ອນຮັບແລະຊື່ນຊົມຄວາມສຳເລັດຮ່ວມ

ເຮົາ ແຕ່ປາຍທາງຂອງຄວາມເຈັບປວດທີ່ຕົກລົງມາ

ເຮົາຈະເຫັນພຽງຄົນບໍ່ເທົ່າໃດຄົນທີ່ຈິງໃຈ

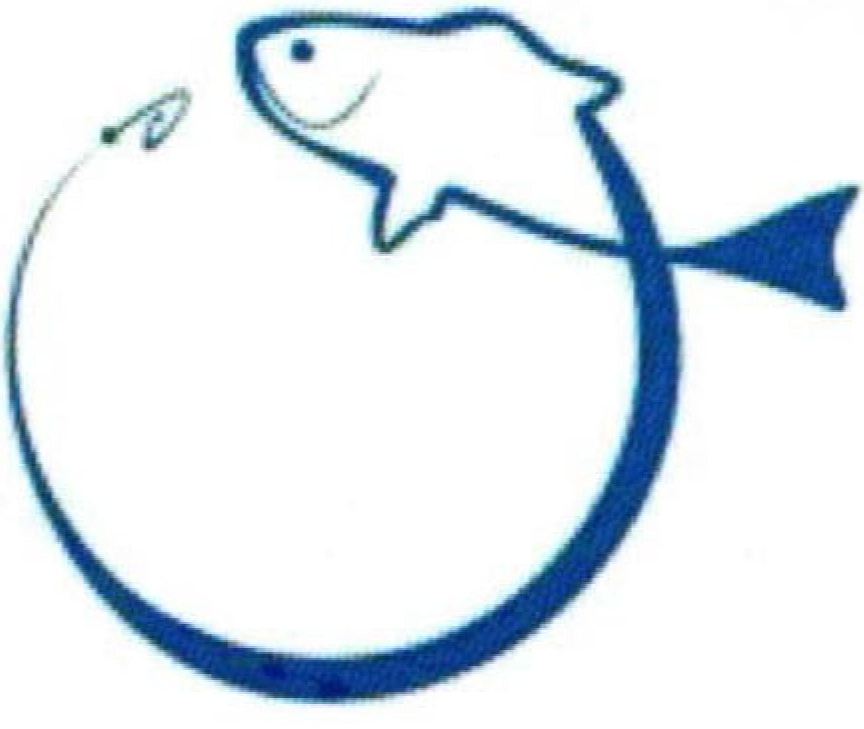
ແລະຮັກເຮົາແທ້ທີ່ພ້ອມຈະລົ້ມລົງກ່ອນ

ເພື່ອທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາເຈັບນ້ອຍທີ່ສຸດ.

ການໄດ້ໄປຢືນຢູ່ປາຍທາງຂອງຄວາມສຳເລັດ

ເຖິງຈະເປັນພຽງໄລຍະເວລາສັ້ນໆກໍ່ຍັງຖືວ່າ

ນັ້ນຄື ກຳໄລຂອງຊີວິດ



ເມື່ອເຮົາຕົກລົງມາ, ກັບມາຢືນບ່ອນເກົ່າ

ກໍ່ບໍ່ໝາຍຄວາມວ່າເຮົາລົ້ມເຫຼວ

ເພາະນັ້ນຄືບົດພິສູດຂອງຊີວິດ

ແລະ ນີ້ເອງທີ່ຈະເປັນສິ່ງຊຸກຍູ້ໃຫ້ເຮົາກ້າວໄປຫາເປົ້າໝາຍໃໝ່

ທີ່ທ້າທ້າຍ ສັກກະຍະພາບ ແລະ ຄວາມສາມາດໃນຕົວເຮົາ.

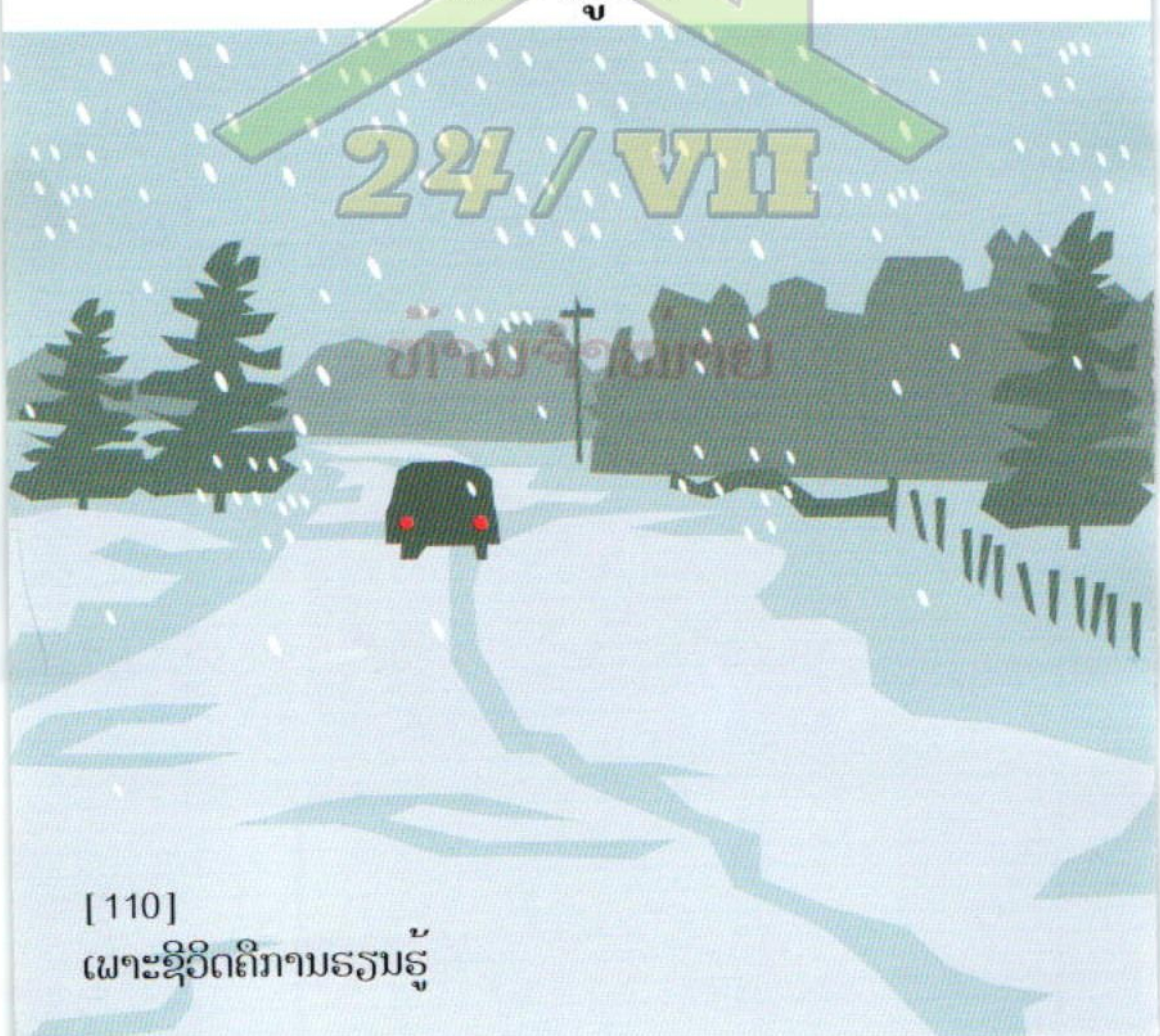
"ຈົ່ງຍິ້ມໃຫ້ກັບຄວາມສຳເລັດຂອງເຮົາ

ເພາະຢ່າງນ້ອຍເຮົາກໍ່ສາມາດພິສູດໄດ້ແລ້ວ

ວ່າເຮົາກ້າທີ່ຈະລົງມືເຮັດໃນສິ່ງທີ່ເຮົາຝັນ"

From heart to heart

ຈາກໃຈສູ່ໃຈ



ທັດສະນະຄະຕິດີ ຊີວິດດີ

ຄວາມຄິດ ຫຼື ທັດສະນະຄະຕິທີ່ເຮົາມີຕໍ່ໂລກນີ້, ຕໍ່ເລື່ອງລາວ ຫຼື ວັດຖຸຕ່າງໆໃນຊີວິດ

ລ້ວນແລ້ວມີຜົນສະທ້ອນຕໍ່ການກະທໍາ, ການດໍາເນີນຊີວິດ ນິໄສໃຈຄໍ ແລະ ການຮັບມືກັບເຫດການຕ່າງໆ ໃນຊີວິດ ເຮົາທັງນັ້ນ.

ຄົນເຮົາທຸກຄົນບໍ່ວ່າຈະມີຖານະລໍ່າລວຍ, ທຸກຍາກ

ຈະເປັນຄົນທີ່ມີຄວາມຮູ້ນ້ອຍ ຫຼື ຫຼາຍ

ຕ່າງກໍ່ມີສິດທີ່ຈະພັດທະນາແລະສ້າງຄວາມໝັ້ນຄົງໃຫ້ແກ່ຊີວິດ.

...ແລະທັງໝົດນີ້...

ຕົວເຮົາເອງນັ້ນລະ ທີ່ເປັນຜູ້ກໍານົດ, ຊີ້ຊະຕາຊີວິດຂອງ ຕົວເຮົາເອງ ແລະ ແນ່ນອນທີ່ສຸດ, ການກະທໍາກໍ່ຄືຄໍາຕອບທຸກຢ່າງ.

ຄົນເຮົາລົ້ມບ່ອນດຽວກັນ, ດ້ວຍຄວາມແຮງເທົ່າກັນ,

ແຕ່ອາດເຈັບຕ່າງກັນ

ເຊັ່ນດຽວກັນກັບທຸກຄົນ ຮຽນຮູ້ແລະເຂົ້າໃຈຊີວິດແຕກຕ່າງກັນ

ຈາກບົດຮຽນຊີວິດບົດດຽວກັນ.

ແນ່ນອນທີ່ສຸດ, **ທັດສະນະຄະຕິເປັນອີກໜຶ່ງເຄື່ອງມື**

ໃນການກຳນົດທຸກໆຕົວເລືອກ,ທຸກໆເສັ້ນທາງຂອງຊີວິດນີ້

ເພາະເຮົາມີທັດສະນະຄະຕິແນວໃດ, ການກະທຳກໍ່ຈະເປັນ

ແນວນັ້ນ.

[ດັ່ງທີ່ໄດ້ກ່າວໄວ້ຂ້າງເທິງແລ້ວວ່າ,

ການກະທຳຄືຄຳຕອບຂອງທຸກຢ່າງ ແລະ ຄືສິ່ງທີ່ກຳນົດ

ທິດທາງຂອງຊີວິດນີ້.]

ການປັບປ່ຽນທັດສະນະຄະຕິ ທີ່ເຮົາເຄີຍມີຕໍ່ບາງສິ່ງບາງຢ່າງ

ບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍເລີຍ

ເຊິ່ງຕ້ອງໄດ້ອາໄສເວລາ ແລະ ຄວາມພະຍາຍາມ

ໃນການປັບປ່ຽນຄວາມຄິດເທື່ອລະນ້ອຍ.

ຂ້າພະເຈົ້າຮັບປະກັນວ່າ, ຄວາມຄິດ ຫຼື ທັດສະນະຄະຕິທີ່

ເປັນບວກຈະສາມາດເຮັດໃຫ້ເຮົາມີຄວາມສຸກ

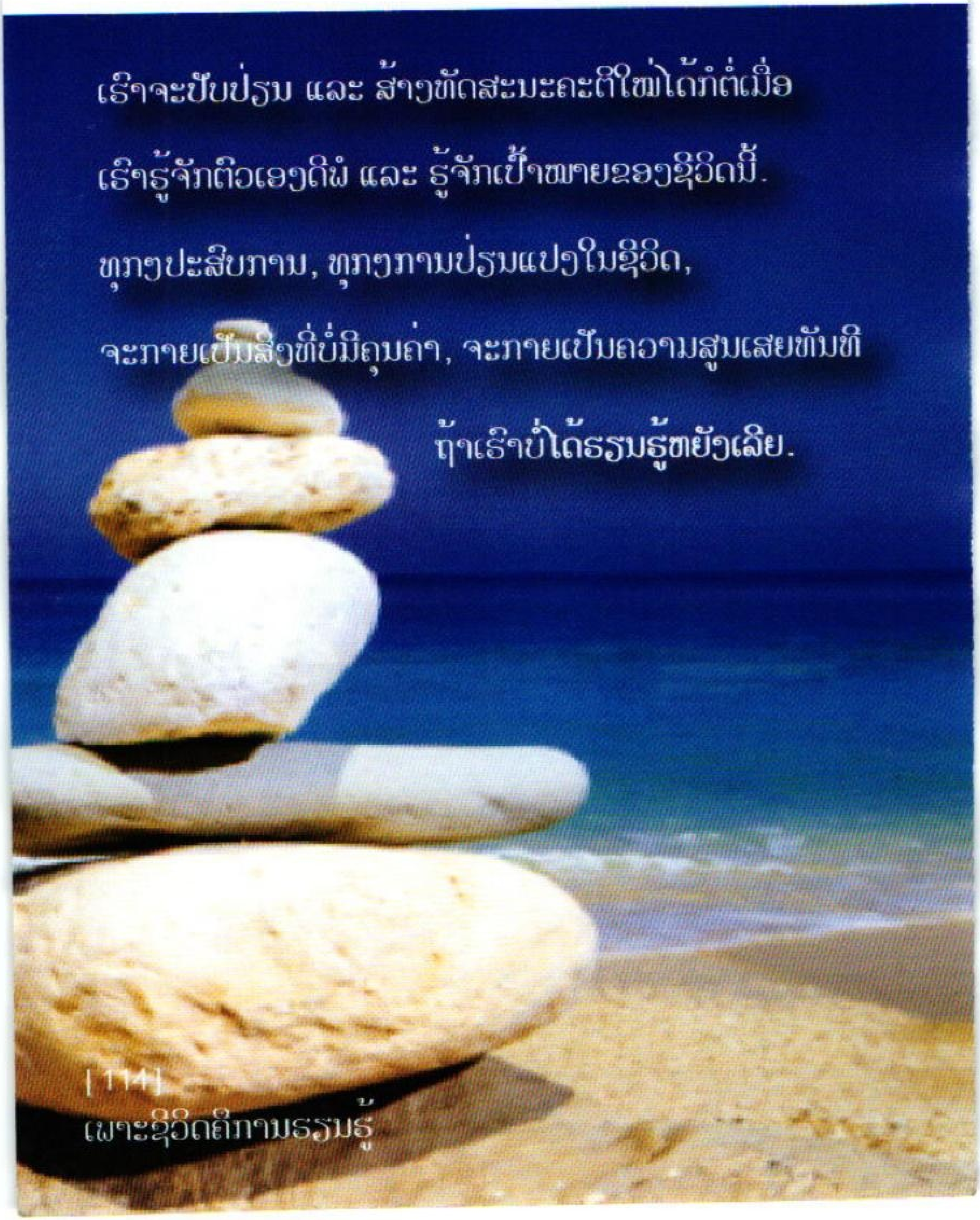
ແລະ ມີຊີວິດທີ່ດີກວ່າເກົ່າແນ່ນອນ .

ເພາະເມື່ອເຮົາມີທັດສະນະຄະຕິທີ່ປ່ຽນໄປ

ຈິດໃຈ, ນິໄສ ແລະ ຊີວິດເຮົາຍ່ອມປ່ຽນຕາມ.

....

ທ່ານຜູ້ອ່ານລອງໃຊ້ເວລາມື້ລະນ້ອຍ ຄຶດທົບທວນເບິ່ງວ່າ
ເຮົາຄວນປັບປ່ຽນ ແລະ ສ້າງທັດສະນະຄະຕິໃດແດ່ ໃນຊີວິດເຮົາ
ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາສາມາດມີຊີວິດທີ່ດີກວ່າເກົ່າໄດ້.



ເຮົາຈະປັບປ່ຽນ ແລະ ສ້າງທັດສະນະຄະຕິໃໝ່ໄດ້ກໍຕໍ່ເມື່ອ
ເຮົາຮູ້ຈັກຕົວເອງດີພໍ ແລະ ຮູ້ຈັກເປົ້າໝາຍຂອງຊີວິດນີ້.
ທຸກໆປະສົບການ, ທຸກໆການປ່ຽນແປງໃນຊີວິດ,
ຈະກາຍເປັນສິ່ງທີ່ບໍ່ມີຄຸນຄ່າ, ຈະກາຍເປັນຄວາມສູນເສຍທັນທີ
ຖ້າເຮົາບໍ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ຫຍັງເລີຍ.

ຖ້າຫາກເຮົາຫາກະແຈໄຂປະຕູແຫ່ງຄວາມສຸກ,

ແຫ່ງຄວາມສຳເລັດບໍ່ເຫັນ

ຈົ່ງລອງເລີ່ມຕົ້ນຈາກທັດສະນະຄະຕິເບິ່ງ

ເພາະມັນມີຄວາມສຳຄັນບໍ່ນ້ອຍໄປກວ່າພື້ນຖານຊີວິດອື່ນໆ

ບໍ່ວ່າຈະເປັນຄອບຄົວ ຫຼື ການສຶກສາ.

Think positive
ຈົ່ງຄິດບວກ

ສິ່ງຕໍ່ຄຳວ່າ "ຮັກແທນຄຳຂອບໃຈ "

ກ່ອນອື່ນ... ຕ້ອງຂໍຂອບໃຈຄອບຄົວ, ໝູ່ເພື່ອນທຸກໆຄົນທີ່ຄອຍສະໜັບສະໜູນ, ເປັນກຳລັງໃຈ ແລະຕິດຕາມກັນມາຕະຫຼອດ. ແລະທີ່ຂາດບໍ່ໄດ້ກໍ່ຄືທ່ານຜູ້ອ່ານທຸກທ່ານທີ່ເລືອກປື້ມ "ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້" ໃຫ້ເປັນເພື່ອນອີກຄົນທີ່ຈະຄອຍເປັນກຳລັງໃຈແລະເປັນອີກປະສົບການໜຶ່ງ.

ຂ້າພະເຈົ້າຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າເລື່ອງເລົ່າຈາກປື້ມເຫຼັ້ມນີ້ຄົງມີປະໂຫຍດບໍ່ຫຼາຍກໍ່ນ້ອຍເພື່ອພໍໃຫ້ທ່ານຜູ້ອ່ານໄດ້ໄປປັບໃຊ້ໃນຊີວິດປະຈຳວັນແລະພໍໄດ້ຄິດຮອດກັນໃນບາງເວລາ.

ເພາະຄວາມສຸກທີ່ສຸດຂອງການຂຽນບໍ່ແມ່ນພຽງການເຮັດໃນສິ່ງທີ່ເຮົາຮັກແຕ່ໝາຍເຖິງການທີ່ໄດ້ມີຄົນອ່ານ, ມີຄົນມັກໃນສິ່ງທີ່ເຮົາຖ່າຍທອດອອກໄປ ແລະໄປປັບໃຊ້ຈິນມີຊີວິດໃນທາງທີ່ດີຂື້ນ, ເພື່ອປ່ຽນຄວາມຜິດຫວັງ, ປ່ຽນຮອຍນ້ຳຕາ, ປ່ຽນບາດແຜໃນອະດີດໃຫ້ກາຍເປັນຮອຍຍິ້ມ, ເປັນປະສົບການ ແລະເປັນບົດຮຽນທີ່ມີຄ່າທີ່ສຸດ.

ປື້ມ "ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້" ເຫຼັ້ມນີ້ເປັນຜົນງານຂຽນເຫຼັ້ມທຳອິດຂອງຂ້າພະເຈົ້າເຊິ່ງລວບລວມທຸກໆຄວາມຮູ້ສຶກຕື່ນເຕັ້ນ,ດີໃຈແລະ ຕື້ນຕັນໃຈເປັນທີ່ສຸດທີ່ຢ່າງນ້ອຍປື້ມເຫລັ້ມນີ້ກໍ່ເປັນກ້າວທຳອິດສູ່ເສັ້ນທາງແຫ່ງຄວາມຝັນ ແລະນີ້ຄືຄວາມໂຊກດີຂອງຊີວິດທີ່ເຮົາເປັນຄົນສາງຂື້ນມາເອງ .

ສຸດທ້າຍນີ້, ຂ້າພະເຈົ້າຂໍແທນຄວາມຮູ້ສຶກດີທີ່ທ່ານຜູ້ອ່ານມອບໂອກາດໃຫ້ປື້ມເຫຼັ້ມນີ້ເປັນອີກເຫຼັ້ມທີ່ທ່ານຜູ້ອ່ານເລືອກຈັບຂື້ນມາອ່ານດ້ວຍຄຳວ່າຂໍຂອບໃຈ, ສຳລັບໂອກາດແລະຄວາມເມດຕາ, ແລະທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຂ້າພະເຈົ້າຂໍເປັນຕົວແທນຂອງນ້ອງໆນັກຮຽນທີ່ໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກການສະໜັບສະໜູນທີ່ມາຈາກລາຍໄດ້ຈາກການຈຳໜ່າຍປື້ມໃນຄັ້ງນີ້ອີກດ້ວຍ.

ຂ້າພະເຈົ້າບໍ່ມີຫຍັງຈະເປັນການຕອບແທນນ້ຳໃຈນອກຈາກຄວາມພະຍາຍາມ, ຄວາມຕັ້ງໃຈທີ່ຈະພັດທະນາຕົວເອງແລະນຳສະເໜີຜົນງານຕໍ່ໄປ…

ແລະ ຂໍສົ່ງກຳລັງໃຈໄປໃຫ້ທ່ານຜູ້ອ່ານທຸກໆທ່ານໃຫ້ສາມາດຈັດການກັບທຸກໆບັນຫາ ແລະ ຄວາມຫຍຸ້ງຍາກທີ່ຜ່ານເຂົ້າມາໃນຊີວິດ.

ເຂົ້າມາທັກທາຍ, ແນະນຳແລະປຶກສາກັນໄດ້ທີ່
www.facebook.com/khanpaseuth.svss
https://www.facebook.com/Bo.Svengseuksa
email: savengsu@ualberta.ca

ປະຫວັດນັກຂຽນ

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ (ໂບ), ນັກສຶກສາລາວທີ່ໄປສານຝັນຕົວເອງໄກເຖິງປະເທດການາດາ. ປັດຈຸບັນ ... ສຶກສາທີ່ມະຫາວິທະຍາໄລອາລເບີຕາ (University of Alberta), ປີທີ 3, ໃນສາຂາວິຊາທີ່ຕົວເອງໃຝ່ຝັນມາຕະຫຼອດນັ້ນກໍ່ຄືວິທະຍາສາດການເມືອງ.ດ້ວຍຄວາມເປັນຄົນທີ່ມັກອ່ານແລະບໍ່ເຄີຍຢຸດນິ່ງທີ່ຈະຄົ້ນຫາຕົວເອງບວກກັບຄວາມສົນໃຈໃນຫຼາຍໆສິ່ງຫຼາຍໆຢ່າງ, ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ໂບຄົ້ນພົບວ່າການຂຽນເປັນອີກໜຶ່ງຄວາມໂຊກດີຂອງຊີວິດທີ່ໄດ້ມີໂອກາດສຳພັດຈົນກາຍມາເປັນອີກໜຶ່ງຄວາມຝັນ. ນອກຈາກການຮຽນແລະການຂຽນແລ້ວ, ໂບຍັງມີຄວາມສົນໃຈໃນການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານການສຶກສາເຊິ່ງໂບໄດ້ກໍ່ຕັ້ງໂຄງການພັດທະນາການສຶກສາລາວຂຶ້ນມາໃນປີ 2013 ເພື່ອລະດົມທຶນຊ່ວຍເຫຼືອໂຮງຮຽນຕ່າງໆຕາມເຂດຊົນນະບົດ.ຕົວຕົນຂອງໂບ, ເປັນຜູ້ຍິງໂຕນ້ອຍໆທີ່ມີຄວາມຕັ້ງໃຈເປັນທີ່ໜຶ່ງ, ເປັນຄົນກົງໄປກົງມາ ແລະ ມີຄວາມສົນໃຈໃນຫຼາຍໆດ້ານ. ນອກຈາກນີ້ແລ້ວ, ຍັງເປັນຄົນທີ່ມີຄວາມເປັນຕົວຂອງຕົວເອງສູງ, ຮັກທຳມະຊາດ ແລະຫລົງໄຫລໃນສິລະປະເປັນທີ່ສຸດ.

ຂໍມອບໜັງສືເຫຼັ້ມນີ້ໃຫ້ແກ່

ຫ້ອງສະມຸດແຫ່ງຊາດ ຈຳນວນ 5 ເຫຼັ້ມ

ເພື່ອສົ່ງເສີມການອ່ານ ແລະ ເກັບຮັກສາໄວ້

- ມອບໃຫ້ພະແນກສຶກສາແຂວງ ບາງແຂວງ ຕາມຄວາມເໝາະສົມ.

- ນອກນີ້ຍັງມອບລາຍໄດ້ຈາກການຈຳໜ່າຍເຂົ້າ ໃນໂຄງການ ພັດທະນາການສຶກສາລາວ.

ເພາະຊີວິດ
ຄືການຮຽນຮູ້

" ທຸກໆມື້ຂອງຊີວິດຄືການເລີ່ມຕົ້ນໃໝ່, ເລີ່ມຕົ້ນທີ່ຈະເປັນສິ່ງທີ່ດີກວ່າ ".

ຕ່າງຄົນຕ່າງກໍ່ມີອະດີດ, ຕ່າງກໍ່ເຄີຍຜິດພາດ, ຕ່າງກໍ່ເຄີຍລົ້ມມາແລ້ວທັງນັ້ນ

ບໍ່ສຳຄັນດອກວ່າເຮົາຈະເຄີຍຜ່ານຫຍັງມາເທົ່າໃດແດ່

ເພາະສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດຄືເຮົາໄດ້ຮຽນຮູ້ຫຍັງຈາກມັນ.

ຈົ່ງຢ່າພະຍາຍາມເປັນຄົນທີ່ສົມບູນແບບ, ແຕ່ຈົ່ງເປັນຄົນທີ່ດີພ້ອມ

ພ້ອມທີ່ຈະເຮັດສິ່ງດີໆແລະສ້າງຄວາມໂຊກດີໃຫ້ເກີດຂຶ້ນໃນຊີວິດເຮົາ

ພ້ອມທີ່ຈະຖິ້ມທຸກໆຄວາມຮູ້ສຶກຜິດແລະເລີ່ມຕົ້ນໃຫມ່

ແລະພ້ອມທີ່ຈະສ້າງໂອກາດດີໆໃຫ້ຊີວິດນີ້.

ມາເລີ່ມຕົ້ນສ້າງສິ່ງດີໆໄປພ້ອມໆກັນ

... ເພາະຊີວິດຄືການຮຽນຮູ້

ຂັນປະເສີດ ສະແຫວງສຶກສາ