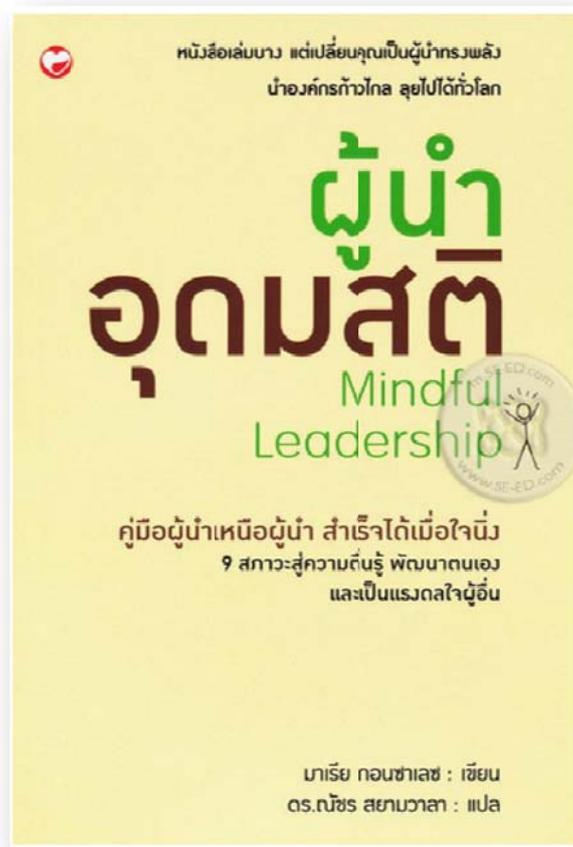


บทวิจารณ์หนังสือ
ผู้นำ อุดมสติ Mindful leadership

ธนากร นภาพรณ์
thanakorn napaporn
นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ สาขาบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
Marsdargon@gmail.com



หนังสือเรื่อง: ผู้นำ อุดมสติ Mindful Leadership
เขียนโดย : มาเรีย กอนชาเลซ
แปลโดย : ดร.ณัชร สยามวาลา
สำนักพิมพ์สุขภาพใจ บริษัท ตถาตา พับลิเคชั่น จำกัด
ISBN 978-616-7818-55-9

หนังสือ ผู้นำอุดมสติ Mindful Leadership เป็นหนังสือที่น่าสนใจ จากชื่อหนังสือก็บ่งบอกได้ว่า เป็นเรื่องของทฤษฎีผู้นำ นำไปสู่การมีสติซึ่งในศาสนาพุทธได้สอนอย่างชัดเจนและใกล้ชิดกับชาวไทยเรามาก การเจริญสติเปรียบตั้งหญ้าปากคอกสำหรับชาวพุทธและคนไทยก็ว่าได้ ทั้งที่รู้ว่ามีประโยชน์มากแต่กลับไม่ได้ให้ความสนใจและไม่ได้ปฏิบัติอย่างจริงจัง เพราะคิดว่าเป็นเรื่องไกลตัว เป็นเรื่องของผู้เคร่งศาสนาหรือบุคคลที่มุ่งทางหลุดพ้นเท่านั้น หากกล่าวถึงผู้นำนั้น จะมีภาระหน้าที่ และความรับผิดชอบที่จะต้องวางแผนสั่งการดูแล และควบคุมให้บุคลากรในองค์กร ร่วมมือกันนำองค์กรไปสู่เป้าหมายความสำเร็จซึ่งจะมีหลากหลายทฤษฎีเกี่ยวกับผู้นำ ที่เกิดขึ้นมากมายซึ่งในหนังสือเล่มนี้ ได้กล่าวถึงการเป็นผู้นำที่เปี่ยมด้วยสติ

หนังสือเล่มนี้ได้ชี้ให้เห็นชัดว่า ที่น่าสนใจสำหรับข้าพเจ้าตั้งแต่ชื่อ ผู้นำ+อุดม+สติ ซึ่งแต่ละคำมีความหมายดังนี้ ผู้นำคือ บุคคลที่มีอิทธิพลสูงสุดในกลุ่ม และเป็นผู้ต้องปฏิบัติภาระหน้าที่ของตำแหน่งผู้นำที่ได้รับมอบหมาย บุคคลอื่นในกลุ่มที่เหลือก็คือ ผู้ตาม แม้จะเป็นหัวหน้ากลุ่มย่อย หรือผู้ช่วยในการปฏิบัติหน้าที่ต่างๆก็ตาม (Yukl , 1989:3-4) อุดม [-ตม, -ตมมะ-] ว. สูงสุด, ยิ่ง, เลิศ, มากมาย, บริบูรณ์ (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2558) ส่วนสติ [สะติ] น. ความรู้สึก, ความรู้สึกตัว, (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2558) ประกอบกันเป็นผู้นำอุดมสติคือผู้นำที่เต็มเปี่ยมด้วยสติ นำมาซึ่งปัญญาและความสุขในการปฏิบัติงาน อีกทั้งผู้เขียนหนังสือไม่ใช่คนไทย และไม่ใช่หนังสือแนวศาสนาโดยตรง แต่คือหนังสือที่จะทำให้ผู้อ่าน เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสู่การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้

หนังสือ ผู้นำอุดมสติ Mndful Leadership เขียนโดยคุณมาเรีย กอนซาเลซ เป็นผู้บริหารและเจ้าของกิจการในวงการธุรกิจของอเมริกา กว่า 30 ปี และยังเป็นคณะกรรมการให้คำปรึกษาของคณะแพทยมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด เป็นผู้มุ่งมั่นในการศึกษาและปฏิบัติธรรมเจริญสติภาวนาจากครูชาวพุทธจนประสบความสำเร็จในชีวิต จึงได้รวบรวมข้อมูลเขียนหนังสือ ผู้นำอุดมสติ Mindful Leadership และได้รับรางวัล John Wiley@ Sons Canada Ltd. โดยเป้าหมายในการเขียนขึ้นนั้น เธอหวังว่า ชุมชน สังคม และโลกจะมีผู้นำอุดมสติมากขึ้น และผู้นำอุดมสติเหล่านี้ จะทำให้โลกของเราอยู่อย่างยั่งยืน จึงมีความตั้งใจจัดทำหนังสือเล่มนี้ออกสู่สังคมโลกเพื่อถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อชี้ให้เห็นประโยชน์ของการเจริญสติ

หนังสือเล่มนี้ แสดงให้เห็นชัดว่า การเจริญสติภาวนามีประโยชน์ต่อชีวิตในทุกแง่มุมอีกทั้งยังมีประโยชน์ต่อองค์กรและการรักษาสุขภาพ การลดความตึงเครียดสู่การทำงานอย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ ภายในหนังสือยังมีข้อมูลหลักฐานงานวิจัย ที่เป็นที่ยอมรับจากสถาบันวิจัยระดับโลก เพื่อยืนยันประโยชน์จากการเจริญสติ เนื้อหาภายในหนังสือ มี 2 ภาค 15 บท ดังต่อไปนี้

ภาค 1 การเจริญสติ

- บทที่ 1 ภาพรวม
- บทที่ 2 การเจริญสติภาวนาเบื้องต้น
- บทที่ 3 วิธีการต่างๆ ในการเจริญสติ
- บทที่ 4 อุปสรรคห้าประเภทที่ขัดขวางความสำเร็จ
- บทที่ 5 ค้นพบเป้าหมายชีวิตคุณ

ภาค 2 ภาวะผู้นำอุดมสติ

- บทที่ 6 อยู่ในปัจจุบันขณะ
- บทที่ 7 มีความตระหนักรู้
- บทที่ 8 มีความสงบสุขุม
- บทที่ 9 มีสมาธิจดจ่อ
- บทที่ 10 มีความชัดเจน
- บทที่ 11 มีอุเบกขา
- บทที่ 12 มีความคิดบวก
- บทที่ 13 มีความกรุณา
- บทที่ 14 มีคุณธรรมไม่ต่างพร้อย
- บทที่ 15 การเจริญเก้าสภาวะนี้

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ร้อยเรียงประสบการณ์ของผู้เขียน และเชื่อมโยงความคิดเห็น เกี่ยวกับสังคม เศรษฐกิจ ในยุคปัจจุบัน ชี้ให้เห็นประโยชน์ของการเจริญสติ การเริ่มต้นชีวิตใหม่ที่อุดมไปด้วยสติ และการเป็นผู้นำอุดมสติ ซึ่งหากผู้อ่านอ่านแล้วสรุปประเด็นและทดลองปฏิบัติตาม จะเห็นการเปลี่ยนแปลง ในทางที่ดีขึ้นในการดำเนินชีวิต ซึ่งไม่ใช่เรื่องยาก และส่งผลดีต่อตนเองและสังคม หนังสือเล่มนี้แบ่งเป็นสองภาคคือ ภาค 1 คือ การเจริญสติ ซึ่งจะรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเจริญสติ เพื่อนำไปสู่การเจริญสติในชีวิตประจำวันและนำไปสู่การประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งต่อตนเองและต่อองค์กร โดยอยู่ในบทที่ 1- 5 ดังนี้

บทที่ 1 ภาพรวม เป็นการนำข้อมูลความเปลี่ยนแปลงของโลกในทิศทางที่แย่งทุกวัน ปัญหาภาวะความเครียด การตัดสินใจผิดพลาดของผู้นำและปัญหาต่างๆ ที่สามารถจัดการได้อย่างลงตัวและมีประสิทธิภาพจากการเจริญสติ ซึ่งมีตัวชี้วัดความสำเร็จ 9 ข้อ ของผู้นำอุดมสติ ดังนี้

1. อยู่ในปัจจุบันขณะ
2. มีความตระหนักรู้
3. มีความสงบสุขุม
4. มีสมาธิจดจ่อ
5. มีความชัดเจน
6. มีอุเบกขา
7. มีความคิดบวก
8. มีความกรุณา
9. มีคุณธรรมไม่ต่างพร้อย

- ผีกลมองของคุณ
- แนวคิดหลัก
- อุเบกขา
- สมาธิ
- ความชัดเจน
- การทำให้ใจให้ผ่องใส
- ผลจากความเครียด
- ประโยชน์ของการเจริญสติภาวนา
- สรุปประโยชน์ของการเจริญสติ

หากผู้นำมีคุณลักษณะตรงตามตัวชี้วัดดังกล่าวก็จะทำให้ผู้นำมีประสิทธิภาพและเป็นที่ต้องการของสังคมอย่างแน่นอน หากจะกล่าวถึงค่านิยมเกี่ยวกับผู้นำนั้นนับไม่ถ้วนที่กล่าวถึงผู้นำในรูปแบบต่างๆ แต่ทฤษฎีเหล่านั้นจะมาเร็วไปเร็ว การเจริญสติจะช่วยทำให้ผู้นำมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งสำคัญอย่างแท้จริงต่อตนเอง ต่อบริษัท และต่อผู้มีส่วนได้ส่วนเสียขององค์กร ซึ่งส่งผลให้ผู้นำเหล่านี้เป็นผู้นำที่แท้จริง ซึ่งภาวะผู้นำอุดมคติคือการที่ผู้นำตระหนักรู้ถึงเข็มทิศในใจตนเอง ทำให้สามารถตอบสนองสถานการณ์ต่างๆ ได้ทันทั่วทั้งนี้ เป็นเหตุให้ผู้นำอุดมคติประสบความสำเร็จเสมอและเกินความคาดหวังของตนเองด้วยซ้ำ การเจริญสติไม่ใช่เทคนิคหรือวิธีการ แต่เป็นทักษะที่เรียนรู้ได้ ซึ่งประโยชน์ที่ได้รับอย่างเป็นรูปธรรมจากการเป็นผู้นำอุดมศัตมีดังต่อไปนี้

- การมีสมาธิและการจดจ่อได้ดียิ่งขึ้น
- การบริหารเวลาที่ดียิ่งขึ้น
- วิจารณ์ญาณและการตัดสินใจที่ดียิ่งขึ้น
- การคาดการณ์และตอบสนองความต้องการของผู้ถือหุ้นที่ดียิ่งขึ้น
- การจัดการข้อขัดแย้งได้ดีขึ้น
- ประสิทธิภาพของการทำงานเป็นทีมที่ดีขึ้น
- มีความคิดสร้างสรรค์และแรงบันดาลใจเพิ่มขึ้น
- การทำงานได้ปริมาณมากขึ้น
- การจัดการความเครียดอย่างได้ผล

การเจริญสติสามารถเริ่มได้อย่างง่ายๆ เพียงเราอยู่ในปัจจุบันขณะให้ได้ทุกเมื่อ ซึ่งวิธีดังกล่าวมีกล่าวไว้ในบทที่ 1 และนำไปสู่การเจริญสติเบื้องต้นในบทที่ 2

บทที่ 2 การเจริญสติเบื้องต้น ประเด็นสำคัญของการเจริญสติคือ การตั้งใจสังเกตสิ่งต่างๆ อย่างที่มันเป็นคือ ทักษะการรับรู้โดยไม่ยึดติดหรือปฏิเสธ ทั้งการยึดติดหรือปฏิเสธเป็นสภาวะที่ปรุงแต่งขึ้นไม่ได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ **ดังนั้นการเจริญสติ คือ ทักษะการเป็นอยู่ตามธรรมชาติ ซึ่งทำให้ตระหนักรู้ชัดเจนว่าคุณคือใครและเป็นอะไร** ประเด็นสำคัญในบทที่ 2 นี้ยังจำแนกเป็นประเด็นๆ น่าสนใจดังนี้

- งานวิจัยเกี่ยวกับการเจริญสติ

งานวิจัยในบทที่ 2 นี้เป็นการยืนยันประโยชน์ของการเจริญสติ โดยอ้างอิงจากงานวิจัยซึ่งเป็นที่ยอมรับโดยทั่วทั้งโลกกำลังตื่นตัวในการรักษาโรคจากใจ หรือสติ และการยอมรับวิถีของพระพุทธเจ้า จากงานวิจัยหลากหลายที่รวมไว้ในบทที่ 2 นี้ แสดงให้เห็นว่า การเจริญสติมีประโยชน์อย่างมากต่อสุขภาพ และผลงานของคุณ เมื่อนำมาใช้กับภาวะผู้นำก็จะมีศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงทั้งองค์กรและคุณภาพชีวิตได้

บทที่ 3 วิธีการต่างๆ ในการเจริญสติ บทนี้กล่าวถึงการเจริญสติแบบทั่วไปที่สามารถนำมาใช้ได้กับภาวะผู้นำในแง่มุมต่างๆ รวมถึงการพัฒนาการตื่นรู้ที่ดีขึ้น และตระหนักรู้ว่า เรามีผลกระทบต่อผู้อื่นอย่างไร ทักษะในการทำงานของผู้นำอุดมสติ

- การสงบใจเมื่อต้องเผชิญกับความเครียด หรือสถานการณ์ที่ตัดสินใจยาก ความสามารถนี้จะทำให้ลูกน้องสงบตามได้

- การเข้าใจว่าเกิดอะไรขึ้นบ้างภายในใจ จะส่งผลให้มีวิจารณ์ญาณที่ชัดเจน

- ความสามารถอยู่ในปัจจุบันขณะ ทำให้สามารถตอบสนองได้เหมาะสมในทุกสถานการณ์

- ความสามารถในการจินตนาการชีวิตในแง่ดี จะทำให้สามารถสร้างวิสัยทัศน์และกลยุทธ์สำหรับการดำเนินชีวิตได้ดี

- การเข้าใจว่าทุกข์ สิ่งล้นผ่านไม่มื่ออะไรยืนยงตลอดกาล ไม่ว่าจะดีหรือร้าย นี่คือนหนทางแห่งการชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ ไม่วิตกกังวลลดความตึงเครียด นำไปสู่สุขภาพกายและใจที่แข็งแรง ความสามารถในการเจริญสติดังกล่าว มีเป้าหมายระยะยาวคือ การใช้ชีวิตอย่างมีสติตลอดทั้งวันในบทที่ 3 นี้ มีวิธีการ ดังกล่าวโดยแบ่งเป็นหัวข้อที่น่าสนใจดังนี้

- วิธีการผ่อนคลาย
- ลมหายใจ
- การผ่อนคลายร่างกาย
- กลยุทธ์การเจริญสติในกิจกรรมต่างๆ

- ความตระหนักรู้ภายใน
- ความตระหนักรู้ภายนอก
- ความเจ็บปวดและความทุกข์
- วิธีการปฏิบัติแบบเป็นกิจจะลักษณะ
- กลยุทธ์การเจริญสติในกิจกรรมต่างๆ

หากลองทบทวนแล้ว การปฏิบัติดังกล่าว สอดคล้องกับการสติปัฏฐาน 4 ของชาวพุทธเรานั้นเอง หากได้ศึกษาและปฏิบัติตาม ด้วยใจที่เบาสบายปราศจากอคติ จะส่งผลให้ผู้อ่านได้เรียนรู้และปฏิบัติตามได้ง่ายขึ้นและสามารถ (เข้าพเจ้าขอแนะนำให้ฟัง พระธรรมเทศนาหลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช เป็นการเพิ่มความเข้าใจ สามารถสืบค้นได้จากอินเทอร์เน็ต)

บทที่ 4 อุปสรรคห้าประเภทที่ขัดขวางความสำเร็จ

อุปสรรคห้าประเภทที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อผู้นำอุดมสติ ได้แก่

1. ความยึดติด
2. ความไม่พอใจ
3. ความไม่รู้ ความสับสน และความหลงผิด
4. ความอิจฉา และความริษยา
5. ความหลงตน

บทนี้จะชี้ให้เห็นเหตุเกิดของอุปสรรคและวิธีทางแก้ไข อุปสรรคคือ ความตั้งมั่น เจริญสติจะสามารถจัดการปัญหาทั้งหมดได้

บทที่ 5 ค้นพบเป้าหมายชีวิตของคุณ

เป็นการฝึกกำหนดเป้าหมายโดยใช้สติและใช้การพิจารณาไตร่ตรองอย่างแยบคาย ซึ่งผลที่ได้จากการกำหนดเป้าหมายนั้น จะน่าสนใจและลึกซึ้งมากขึ้นมากกว่าการกำหนดเป้าหมายแบบธรรมดาอย่างแน่นอน

ภาค 2 คือกระบวนการประยุกต์การเจริญสติ เพื่อการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อการเป็นผู้นำอุดมสติ ตั้งแต่บทที่ 6 ถึงบทที่ 15 ดังต่อไปนี้

บทที่ 6 อยู่ในปัจจุบันขณะ

การใช้ชีวิตอย่างมีสติในทุกโอกาสคือเป้าหมายของหนังสือเล่มนี้ บทนี้ได้เน้นการอยู่กับปัจจุบันขณะในด้านต่างๆ ทั้งด้านปฏิสัมพันธ์และการทำงานเป็นต้น

บทที่ 7 มีความตระหนักรู้

บทนี้จะสอนทักษะการตระหนักรู้ภายในตัวเอง การเข้าใจสถานการณ์ เข้าใจความคิด ความรู้สึก ตลอดจนกลยุทธ์ในการเจริญสติในชีวิตประจำวัน

บทที่ 8 ความสงบสุขุม

เป็นการนำเสนอการมีบุคลิกที่สงบสุขุมเป็นประโยชน์ต่อการเจริญสติ และเป็นประโยชน์ในการทำงานและเป็นประโยชน์ต่อตัวผู้นำเช่นไร สามารถศึกษาได้ในบทความสงบสุขบทนี้

บทที่ 9 มีสมาธิจดจ่อ

บทนี้จะเห็นได้ว่าการมีสมาธิก็สามารถเกิดขึ้นได้จากการมีสติได้เช่นกันและนั่นคือหนทางสู่การเป็นผู้นำที่ประสบความสำเร็จได้ไม่ยาก

บทที่ 10 มีความชัดเจน

บทนี้จะชี้ให้เห็นว่าผู้นำต้องมีความชัดเจน ซึ่งจะต้องตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ดีหรือไม่และผู้ตามจะนำสู่การปฏิบัติต่อได้นั้นผู้นำต้องมีความชัดเจนแต่หากมีสติแล้ว ความคมและชัดเจนนั้นต้องมากขึ้นและสามารถทำให้การตัดสินใจต่างๆ มีความเสี่ยงน้อยลงมาก

บทที่ 11 มีอุเบกขา

บทนี้จะชี้ให้เห็นกฎของธรรมชาติคือความไม่แน่นอน หากยังไม่สามารถแก้ปัญหาต่างๆได้ ให้ถอยและกลับมาอยู่กับตัวเอง อย่าฝืน แน่นอนในองค์กรธุรกิจ เราไม่สามารถแก้ปัญหาได้ทุกอย่าง แต่การมีสติและอุเบกขา จะทำให้เราเข้าใจสถานการณ์ได้ และสามารถก้าวผ่านปัญหาไปได้ด้วยดี

บทที่ 12 มีความคิดบวก

บทนี้จะชี้ให้เห็นประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี การคิดบวก นั้นทำให้คุณสามารถมองวิกฤติให้เป็นโอกาสได้เสมอ และนั่นคือปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้นำ นำพาองค์กรไปสู่ความสำเร็จได้อย่างสง่างาม

บทที่ 13 มีความกรุณา

บทนี้จะสอนให้เห็นคุณค่าของความกรุณาซึ่งคือการปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์ ปัญหาอุปสรรคผู้นำจะเป็นผู้ช่วยในการแก้ไขและคลี่คลายปัญหาได้ นั่นคือผู้นำเหนือผู้นำ เป็นผู้นำที่สังคมโลกต้องการ

บทที่ 14 มีคุณธรรมไม่ต่างพร้อย

บทนี้จะทำให้ผู้นำหรือผู้ที่เป็ผู้นำตระหนักในความบริสุทธิ์ทั้งการกระทำ และคำพูดตลอดจนจิตใจเป็นคนที่ดีซื่อสัตย์และกล้าหาญที่จะทำในสิ่งที่ถูกต้องซึ่งไม่ง่ายเลยสำหรับในยุคปัจจุบัน ซึ่งผลพลอยได้คือ ผู้นำจะเป็นผู้ในใจของผู้ตามตลอดกาลและท่านจะเป็นผู้นำตลอดกาล และเป็นแรงบันดาลใจที่ดีให้กับผู้อื่นได้

บทที่ 15 การเจริญแก่สภาวะนี้

บทนี้ จะรวมสภาวะที่ดีและผลลัพธ์ที่พึงจะได้รับจากหนังสือเล่มนี้ ซึ่งโอกาสในการเป็นผู้นำนั้นมีอยู่มากในทุกๆ สถานการณ์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับตำแหน่ง สถานภาพทางสังคม เศรษฐกิจ ตลอดจนอายุ ให้ระลึกเสมอว่า **ผู้นำไม่ใช่บทบาท แต่เป็นการกระทำ** และ การที่จะนำพา ผู้ตามผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ ได้ด้วยดีนั้น **สติ ช่วยผู้นำได้** และสติก็ไม่ใช่เทคนิค หรือวิธีการ สติคือทักษะที่ได้จากการฝึกฝน หากจะเป็นผู้นำที่มีประสิทธิภาพ เป็นผู้นำเหนือผู้นำ สำเร็จได้เมื่อเจินิ่ง ควรเจริญสติ ได้ในทุกสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน

เพียงเท่านั้นท่านก็สามารถเป็นผู้นำที่ทรงพลัง เป็นผู้นำเหนือผู้นำ ตลอดไป

สรุป หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่ดีมากเล่มหนึ่ง เป็นหนังสือที่รวบรวมทฤษฎีองค์ความรู้ งานวิจัยที่น่าเชื่อถือ และกล่าวถึงความหมายความสามารถของผู้นำอุดมสติ ได้ดีเยี่ยมที่สำคัญ ยังมีการสอนทักษะการเจริญสติ ในแต่ละรูปแบบอีก ทั้งยังมีแนวทางและตัวอย่างการเจริญสติในชีวิตประจำวัน และ**ผู้นำอุดมสติ มีทักษะสำคัญที่เหนือผู้นำอื่นๆ คือความดีงามไม่ต่างพร้อย** ซึ่งขัดแย้งกับความคิดของผู้นำสังคมในยุคปัจจุบันไม่น้อย หากคิดเพียงว่า “ไม่ว่าแมวขาวหรือแมวดำ ขอเพียงจับหนูได้ก็คือแมวที่ดี” โลก คงเต็มไปด้วยแมวดำเป็นแน่! โลกคงเต็มไปด้วยการแก่งแย่งชิงดี ปัญหาสังคมที่เป็นอยู่ ทุกวันนี้ยังไม่มากพออีกหรือ ขอให้ผู้นำอุดมสติ ได้เป็นน้ำใสมาเจือจางน้ำขุ่น หากมีผู้นำอุดมสติ ผู้ไม่ต่างพร้อย โลกคงสวยงามและสงบสุขขึ้นแน่นอน **ขอให้ผู้นำทุกท่าน อดทนให้กับความดี** ขอขอบคุณผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในหนังสือผู้นำอุดมสติ ทุกท่าน ที่มีส่วนให้หนังสือที่ดีมีคุณค่าอยู่ในสังคมไทยและสังคมโลก เพื่อปลูกให้ทุกคนตื่น และมีสติ มีความหวัง ในการเป็นผู้นำที่ดี เป็นผู้นำอุดมสติ ขอขอบคุณครับ

เอกสารอ้างอิง

กอนซาเลซ,มาเรีย. 2557.

แปลโดย ดร.ณัชร สยามเวลา.

ผู้นำอุดมสติ. กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ