

## ชนะอะไรไม่สู้...ชนะใจตัวเอง!!

นำเสนอเมื่อ : 22 มี.ค. 2552



ชนะอะไรก็ไม่สู้ชนะใจตัวเอง..จริงไหมคะ?

เคยเป็นไหมคะ บางครั้งเราต้องฝืนใจตัวเองทำอะไร หรือฝืนใจตัวเอง  
ไม่ให้เกิดอะไร เพราะเราหลายสิ่งที่เราคิด และกระทำตามหัวใจที่สั่งงาน  
นั้นมันผิดต่อศีลธรรม มันผิดต่อความเป็นจริง และที่สำคัญ มันกลายเป็น  
เป็นเรื่องที่บั่นทอนความรู้สึกของตัวเอง มันเป็นอาวช หรือเข็มเล็ก ๆ  
แหลม ๆ ที่คอยทิ่มแทงความคิด จิตใจของเราตลอดเวลา

มีหลายครั้ง ที่เราพยายามไม่คิด ไม่สนใจ แต่ครั้ง เราว่าง เจ้าความคิดที่  
เราไม่ยกนึกถึง ก็แล่นเข้ามาในหัวสมอง โดยไม่ต้องบังคับ หรือนิ่ง  
แต่อย่างไร มันเหมือนศัตรูร้าย ของหัวใจ มันเหมือนภูมิจนุญร้าย ที่คอย  
ตามมาหลอกหลอนชีวิตเรา ความรู้สึกนึกคิด ที่เกิดขึ้น ทำให้อะไรหลายๆ  
อย่างในชีวิต เปลี่ยนเป็นไปในแง่ลบมากกว่าแง่บวก

คุณเคยพยายาม ที่จะเชยความคิดที่เกิดจากจิตใจนี้ ออกไปจากหัวสมอง  
ให้เร็วที่สุด มันก็กลับกลายเป็นว่า เป็นเรื่องยากเย็นมาก ยิ่งเราต้องการจะ  
หยุดความคิดต่างๆออกไปเร็วเท่าไร มันก็ยิ่งใช้เวลานานมากเท่านั้น  
และมันก็จะตามมาขึ้นเมื่อเราความคิดนั้นไม่ยอมออกไปจากตัวของเรานั่น  
มันคงไม่ใช่เรื่องง่ายที่เราจะทำ แต่มันไม่ใช่เรื่องที่เป็นไปไม่ได้ ทุกอย่าง  
ที่เกิดขึ้นได้ ขึ้นอยู่กับตัวของคุณคนเดียว คนอื่นที่อยู่รอบข้างตัวคุณ  
เป็นเพียงแค่องคประกอบ เขาเหล่านั้นเป็นแค่ผู้ช่วยของคุณ แต่หากคุณไม่  
คิดจะทำอะไรเลยกับความคิดที่มีมันบั่นทอนความรู้สึกของคุณนั้น เขาเหล่านั้นก็จะช่วยอะไรคุณไม่ได้มากไปกว่า ให้นำกำลังใจ  
และรับฟังเมื่อคุณเอื้อมที่จะระบายให้เขาฟัง แต่หากคุณคิดว่ามันเป็นอะไรที่บอกใครไม่ได้ เขาเหล่านั้นก็คงทำได้แค่เพียง  
หยิบยื่นกำลังใจให้คุณได้ต่อสู้กับใจของคุณ เป็นกำลังใจให้คุณได้ขับไล่ปีศาจออกไปจากใจคุณ ให้ได้เร็ววันเท่านั้น

คุณว่าไหม จริงแล้วมันทำไมไม่ยากเลย เพราะว่าถ้าพูดไปแล้ว มันก็คือการที่  
คุณจะต้องบังคับตัวคุณ และเอาชนะจิตใจคุณ ที่มีกำลังใจจะทำให้คุณอยู่เหนือ  
ความผิดชอบชั่วดี แต่กระนั้นก็ดี การพูดจาทำไถงายตายนั้น แต่ตามามองกัน  
ที่การกระทำเล่า? มันไม่ไถงายเหมือนที่พูดออกมาเลย

การที่เราเอาชนะใจใครมันเป็นเรื่องที่ทำไม่ได้ ไม่ยากนัก แต่การที่เราเอาชนะใจ  
ของตัวเองนี่สิ มันเป็นเรื่องยากนัก แต่เมื่อไรที่คุณทำมันได้ คุณจะเป็นผู้  
ที่ถูกยกย่อง และตัวของคุณ เองนั่นแหละ ที่จะได้รับผลที่จะเกิดขึ้นทั้งหมด  
คุณจะมีชีวิตที่โล่งใจ และสบายใจ อะไรในชีวิตก็จะดีขึ้น เพราะคุณได้ขับไล่  
เจ้าปีศาจชั่วร้ายออกไปจากชีวิตของคุณแล้ว

ฉันเชื่อว่าทุกคน ไม่อยากที่จะพ่ายแพ้แก่ใจของตัวเอง เมื่อคุณได้รู้ว่า  
จิตใจของคุณกำลังคิด พยายามสั่งให้ทำอะไรที่มันเป็นไปได้ หรือได้ข้อ  
ว่วเป็นสิ่งที่ผิดแล้ว คุณคงไม่ปล่อยให้จิตใจนั้นมาครอบงำคุณ คุณคงไม่ยอม  
ให้ปีศาจร้ายมาเป็นนายคุณแน่นอน

ฉันเชื่อว่าทุกคนต้องการที่จะขับไล่สิ่งชั่วร้าย ที่บั่นทอนจิตใจของคุณ  
ออกไป และมันไม่ใช่สิ่งง่าย แต่หากคุณตั้งใจจะทำ แล้วไม่ท้อแท้ ฉันเชื่อว่า  
สักวันหนึ่ง **คุณจะเป็นผู้ชนะ** แล้วการที่คุณเอาชนะใจของตัวเองได้นั้น  
เป็นการชนะที่ถือว่าสุดยอด แห่งการอยู่รอดของมนุษย์แน่นอน เพราะชีวิต  
ของทุกคนถูกกำหนดด้วยมือของคุณเอง การที่ชีวิตเราจะมีสิ่งดี ๆ หรือสิ่ง  
ร้ายๆเข้ามา มากน้อยเพียงใดนั้น คุณนั่นแหละเป็นผู้เลือก คงไม่มีใครที่ไหน  
ที่สามารถมาบังคับให้คุณดีใจ หรือเสียใจได้

เมื่อคุณรู้แล้วว่า ตัวของคุณเองเป็นผู้บังคับชีวิตแล้ว มันก็คงไม่ยากจนเกิน  
ไปที่คุณจะทำอะไรที่ดีให้กับตัวของคุณเอง ฉันขอให้ทุกคนที่ตั้งใจและ  
กำลังเอาชนะใจของตัวเอง เพื่อนำสิ่งที่ดีๆเข้ามาสู่ชีวิตทุกคน จงประสบกับ  
คำว่าสำเร็จ ขอให้คุณพยายามต่อไป ถึงแม้ว่าจะยากเย็นสักเพียงใด แต่ขอให้  
คุณจงจำไว้ว่า ไม่มีอะไรยากเกินที่เราตั้งใจที่จะทำมันจริงๆ และถ้าหากว่า  
เอาชนะใจของตัวเองได้ ชีวิตของคุณก็ได้ประสบความสำเร็จไปขั้น  
หนึ่งแล้วทีเดียว เพราะในอนาคตไม่ว่าคุณจะทำอะไรใดๆ คุณจะทำได้  
ง่ายดาย เพราะคุณได้เคยกระทำสิ่งที่ยากมากสำหรับมนุษย์โลกมาแล้ว  
ครั้งหนึ่ง นั่นคือ **การชนะใจของตนเอง**

ลองคิดถึงสิคะ ว่าคุณจะมีชีวิตดีแค่ไหน เมื่อคุณรู้ว่า ชนะใจคนที่คุณคิดว่าเอาชนะ  
ได้ยากที่สุดในโลกแล้ว นั่นคือ **ตัวเองคุณเอง** ดิฉันขอเป็นกำลังใจให้กับทุกๆคน  
ที่ **มีความรู้สึกตรงนั้นได้เร็ววันนั้นคะ** จงพยายามต่อไปนะคะอย่าท้อถอย สักวันหนึ่ง  
มันจะต้องเป็นวันของเราอย่างแน่นอน ดิฉันเชื่อว่าอย่างนั้น....

นำมาฝากโดย..ศรัทธา คุณณัฐวัฒน์  
ขอบคุณที่มาข้อมูล [www.geocities.com](http://www.geocities.com)