

๑๐ วิธีคิดที่จะสร้างพลังใจให้สู้

วิธีที่ ๑ คิดแบบตรงกันข้ามกับความรู้สึกในขณะนั้น
เช่น

>>>...ถ้าทุกข์ ก็คิดสร้างสุข

>>>...ถ้ายากก็คิดแบบง่าย...

>>>...ถ้าเกิดปัญหา ก็คิดแก้ปัญหา..

วิธีที่ ๒ คิดแบบสร้างกำลังใจ
เช่น

>>>...ปลุกปลอบใจตนเอง...ทุกครั้งที่เกิดความท้อแท้..ผิดหวัง

>>>...บอกตนเองเสมอว่า..เราต้องทำได้..เราต้องทำได้อย่างแน่นอน..

>>>...เราต้องทำได้แน่นอนที่สุด..ไม่มีคำว่า..ทำไม่ได้..

>>>...ท่องไว้ในใจว่า..ไม่มี ไม่เป็น ไม่เหนื่อย...

>>>....ไม่ทุกข์ ไม่ท้อ ไม่หนี ไม่มีปัญหา...

วิธีที่ ๓ คิดแบบมีเป้าหมายในชีวิตที่แน่นอน มุ่งมั่น เด็ดเดี่ยว

>>>...หากยังไม่ประสบความสำเร็จ..

>>>...ก็จะไม่เลิก ลด ละ ความเพียรพยายาม..

>>>...จงสู้ต่อไปจนกว่าจะประสบความสำเร็จ..

>>>...แม้จะเป็นวินาทีสุดท้ายของลมหายใจก็ตาม..

วิธีที่ ๔ คิดใหญ่ไม่คิดเล็ก..

>>>...มองปัญหาออก..แก้ปัญหาเป็น..

>>>...คิดการใหญ่...ใช้คนเป็น..รู้เห็นตามความถูกต้อง..

>>>...มุ่งปรองดอง...รักษาน้ำใจ..สร้างมิตรภาพ..

>>>...อย่าลืมนะ.. “ยิ่งสูงยิ่งหนาว” ...

>>>...ต้องคิดดี..ทำดี..พูดดี..ทุกที่ทุกเวลา...

ดังนั้น..

ถ้าท้อแท้..หมดหวังในชีวิต..

จงพยายามคิดให้ใจสู้...

อย่าเชื่อว่า...เราทำไม่ได้..ถ้ายังไม่ได้ลงมือทำ..

อย่าท้อแท้..ตราบใดที่เรายังไม่ได้พยายาม..

อย่าสิ้นหวัง...ตราบใดที่เรายังมีกำลังใจ..

อย่าแพ้ชีวิต...ตราบใดที่ใจของเรายังมีหวัง..

จงอย่าทำลายความหวัง...เพียงเพราะ....

การดูหมิ่นตนเองว่า... “ทำไม่ได้”...

