ตอน ความมุ่งมั่นต้องมีวินัยด้วย



ดร.วิฑูรย์ สิมะโชคดี

"สิ่งที่ดึงเราให้ลุกขึ้นจากเตียงนอน คือ ความมุ่งมั่นที่ทำให้เราเริ่มลงมือทำ และวินัยที่ทำให้เราทำสิ่งนั้นต่อไปได้เรื่อย ๆ"

ซิก ซิกลาร์ (Zig Ziglar)

ว่าไปแล้ว เราต่างรู้ว่า อะไรดี อะไรไม่ดี อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ แต่ทั้ง ๆ ที่รู้ ผู้คนจำนวนไม่น้อยก็ทำไม่ได้ (ไม่ได้ทำ) ตามที่รู้ ด้วยข้ออ้าง และสาเหตุนานัปการ

เรื่องที่สำคัญที่สุดเรื่องหนึ่ง ก็คือ เราต่างรู้ว่า **"เวลาเป็นสิ่งที่มีค่าที่สุด"** และมีอยู่อย่างจำกัดด้วย ซึ่งเราต่างก็ไม่รู้ว่าเวลาของแต่ละคนจะมี (เหลืออีก) กี่มากน้อย แต่เราหลายคนก็ยังใช้เวลาอย่างไม่มีค่า และปล่อยให้มันผ่านไปวัน ๆ จนหลายคนถึงกับบ่นว่า "ผ่านมาตั้งหลายปี ก็ยังไม่เห็นมีอะไรดีขึ้น"

ที่เป็นเช่นนี้ ก็เพราะพวกเราส่วนใหญ่ไม่ได้ลงมือทำตามที่คิดที่ฝันไว้ เพราะต่างคิดว่ายังมีเวลาเหลืออยู่

หลายคนจึงขาดความมุ่งมั่น ขาดความตั้งใจจริง หลายคนก็เพลินอยู่กับการอยู่ใน "มุมสบาย" โดยไม่ยอมปรับเปลี่ยนใด ๆ

ดังนั้น **สิ่งที่เรารู้ว่าดี และมีความสำคัญกับชีวิต เราก็ควรจะต้องทำให้ได้ตามที่คิดตามที่คาดหวังไว้ด้วยการลงมือทำจริง ๆ**

เรื่องของความสำเร็จนี้ จึงอยู่ที่ **"ความมุ่งมั่น"** ที่เกิดจาก **"การมีวินัย"** ของคนหนึ่ง ๆ โดยแท้

ปัจจัยสำคัญของการประสบความสำเร็จ และการมีชีวิตที่มีความสุข มักจะเชื่อมโยงกับ "ความมุ่งมั่น" ที่ยึดติดกับความมีวินัย (ความตั้งใจจริงอย่างต่อเนื่อง) ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญที่บอกได้ว่า "เราจะทำตามที่พูดได้หรือไม่เพียงใด"

ความมุ่งมั่นอย่างแท้จริง จึงเกิดจาก "การมีวินัย" ของตัวเราเอง ซึ่งจะทำให้เราต้องทำในสิ่งที่จำเป็นต้องทำ เพื่อก้าวเข้าสู่เป้าหมายได้ใกล้มากขึ้น และเร็วขึ้น (การมีวินัยทำให้เราขี้เกียจทำไม่ได้)



การมีวินัย จึงเป็นเรื่องที่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ

ผู้ที่ประสบความสำเร็จ จึงมักจะเริ่มต้นด้วยการกำหนด "เป้าหมาย" ที่ชัดเจน ด้วยการจดบันทึก หรือเขียนเป้าหมายออกมาเป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อแสดงถึงสิ่งที่เราอยากได้ อยากเห็น อยากเป็นในอนาคต หรืออยากทำให้สำเร็จ โดยไม่ต้องสนใจใน "ข้อจำกัด" หรือ "อุปสรรค" ต่าง ๆ หลังจากกำหนดเป้าหมายได้แล้ว ก็ลองคิดถึงความรู้สึกที่เกิดขึ้น ณ เวลาที่เราประสบความสำเร็จ และประโยชน์ที่เราจะได้รับจากความสำเร็จนั้น

หากต้องการความสำเร็จ เราจะต้องยึดมั่น และรักษาคำพูดด้วยการมีวินัย ไม่เช่นนั้น ชีวิตจะดำเนินไปอย่างเรื่อยเปื่อยตามสบาย นานวันเข้าเราจะค่อย ๆ สูญเสียความมั่นใจในการมุ่งสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้

เราจึงต้องตระหนักรู้อยู่เสมอว่า สิ่งที่สำคัญสำหรับชีวิตเราคืออะไร (สิ่งที่ทำให้ชีวิตมีค่ามีความหมาย) และต้องมีวินัยในการลงมือทำเพื่อให้ได้สิ่งนั้นเกิดขึ้นในเวลาที่กำหนด

แต่ถ้าเรามีความมุ่งมั่นตั้งใจน้อย และขาดวินัยในตัวเอง เราก็จะหาข้ออ้างได้มากมายเพื่อที่จะไม่ทำ (ทำไม่ได้) หรือผลัดวันประกันพรุ่งไปเรื่อย จนเป้าหมายห่างไกลออกไปทุกที

ดังนั้น **เมื่อเราตั้งใจจะทำอะไรแล้ว เราก็ต้องลงมือทำด้วยความมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จด้วยความมีวินัย คือ พูดง่าย ๆ ว่า "อย่ามัวแต่คิด แล้วเฉย" และต้องเตือนตนเองอยู่เสมอว่า "ไม่สำเร็จ ไม่เลิกรา"**

การมีวินัย จะทำให้เราก้าวข้าม "อุปสรรค" และ "ข้อจำกัด" ต่าง ๆ ได้ คนที่มีวินัย มักจะสามารถทำสิ่งที่ยิ่งใหญ่ และประสบความสำเร็จในชีวิตได้เสมอ

Just One More Step ครับผม TPA news