



แนวคิดสร้างสุขใจ ฉบับมหาตมะคานธี

ศรัทธาในตัวเอง

ที่ใดมีศรัทธา ที่นั่นย่อมไม่มีสิ้นความหวัง
จงมองเป้าหมายมากกว่ามองอุปสรรค
ที่เกิดขึ้นระหว่างทาง

ความคิดเป็นสิ่งวิเศษ

จงคิดแต่สิ่งที่ดีงาม เพราะผลตอบแทนที่ได้รับ
จะงดงามเช่นเดียวกัน

เราไม่อาจสร้าง ความพอใจให้แก่ทุกคน

เพราะถ้าทำเช่นนั้น สุดท้ายจะไม่สามารถ
สร้างความพอใจให้ใครได้เลย จงซื่อสัตย์
กับตัวเอง รับฟัง ได้แย้งด้วยเหตุผลและ
ยึดมั่นในสิ่งที่ดีงาม

เผชิญหน้ากับคำตำหนิ

หากผู้ใดกล่าวหรือมีวแต่หกลึกหนี ย่อมไม่มีวัน
ทำงานสำคัญใดๆ ได้ จงรับแต่สารที่เขามอบให้
ปล่อยอารมณ์ให้ผ่านเลยไป คิดเพื่อแก้ไขและ
ทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด



ทุกอย่างในโลกนี้มี 2 ด้าน

ทั้งสร้างทุกข์และให้สุข จงเลือกมองเฉพาะด้าน
ที่สวยงาม ใช้เวลากับมันเพื่อสร้างความอึดอ้อมใจ
ส่วนอีกด้านจงมองผ่านและเก็บไว้เป็นบทเรียน

คนอื่นเท่านั้น ที่มองเห็นหลังของเรา

เมื่อมองไม่เห็นแผ่นหลังฉันใด ย่อมมอง
ไม่เห็นความผิดของตนเองฉันนั้น
จงฟังคำแนะนำจากผู้อื่น แล้วนำมาใช้
ให้เกิดประโยชน์

พูดให้น้อยลง คิดให้มากขึ้น

จงหาข้อมูลให้มาก คิดก่อนพูด เพราะความนุ่มนวล
และความสุขุมเป็นสัญลักษณ์ที่แท้จริงของ
ความสำเร็จในชีวิต

ขอบคุณข้อมูลดีๆ จาก

“7 แนวคิดสร้างสุขทางใจ ฉบับมหาตมะคานธี” นิตยสารชีวิต. ปีที่ 14,
ฉบับ 1 พฤศจิกายน 2554

HAPPINESS LIVING CAN BE SIMPLE

