

ชีวจิตกรการใช้ชีวิตอย่างเข้าใจ

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันศุกร์ที่ 04 ตุลาคม 2013 เวลา 14:15 น. -

---



รหัสบาร์โค้ด 300385

ชื่อหนังสือ ชีวจิตกรการใช้ชีวิตอย่างเข้าใจ

ผู้แต่ง ดร. สาทิส อินทรกำแหง

พิมพ์ที่ สำนักพิมพ์คลินิกบ้านสวน

จำนวนหน้า 130 หน้า

ราคา 100 บาท

การใช้ชีวิตอย่างเข้าใจธรรมชาติ เป็นคำบอกเล่าอย่างง่าย ๆ ฟังแล้วให้ความรู้สึกที่เรียบง่าย แต่การใช้ชีวิตของคนเรากันวันนี้ดูเหมือนไม่ง่ายเลยที่กระทำเช่นนั้น หลายคนรู้สึกกว่าตัวเองเป็นคนรักธรรมชาติ คือ รักป่าเขาลำเนาไพร รักทะเลกว้าง เมื่อยามเราไปท่องเที่ยวสัมผัสไอดินกลิ่นป่าหรือกระแสลมเย็นฉ่ำชื่น

การปฏิบัติตามแนวทางชีวจิตร

จะมุ่งไปในด้านการสร้างสุขภาพและใจอ่อน โดยการใช้อาหารสุขภาพ การใช้เครื่องอุปโภคที่มาจากธรรมชาติหรือใกล้ธรรมชาติที่สุดที่จะมากได้ ในขณะเดียวกัน ชีวิตความเป็นอยู่ก็ต้องไปตามธรรมชาติ คือใช้ชีวิตที่บริสุทธิ์และเรียบง่าย และโดยเหตุที่สังคมได้เปลี่ยนไป ยึดเรื่องวัตถุนิยมมากมายเหลือเกิน จึงควรพยายามละเรื่องวัตถุนิยมให้มากที่สุดที่จะมากได้