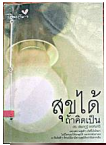


สุขได้ถ้าคิดเป็น

เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ

วันพฤหัสบดีที่ 03 ตุลาคม 2013 เวลา 19:14 น. -

---



รหัสบาร์โค้ด 100133

ชื่อหนังสือ สุขได้ถ้าคิดเป็น

ชื่อผู้แต่ง ดร.ชัยเสฏฐ์ พรหมศรี

สำนักพิมพ์ เต็มเต็มใจ

พิมพ์ครั้งที่ 1 2550

จำนวนหน้า 191 หน้า

ราคา 130 บาท

หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวถึงการรู้จักหาความสุขได้จาก ภายใน ด้วยวิธีการง่าย ๆ ที่สามารถหาได้จากสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัว

ซึ่งเป็นการถ่ายทอดประสบการณ์ของ ดร.ชัยเสฏฐ์ พรหมศรี

การหาความสุขของคนเราอาจไม่เหมือนกัน เพราะทุกข์หรือสุขนั้นเกิดจากจิตใจของเรา ถ้าเราปรับจิตใจของเราให้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา

ความสุขก็จะสามารถเกิดขึ้นได้ หนังสือเล่มนี้ได้เสนอแนวทางแห่งความสุขมี 30 แนวทาง ในที่นี้มีตัวอย่างมาให้อ่านกัน เช่น

วิถีแห่งความสุขบทที่ 5 มองให้ไกล ใจให้กว้าง การกระทำบางอย่างของคนเรา อาจมีเหตุผลที่แตกต่างกัน

เพราะฉะนั้นถ้าเรามองแต่ผลลัพธ์ของการกระทำแต่เพียงอย่างเดียว เราอาจเข้าไม่ถึงมูลเหตุแห่งการกระทำนั้นและไม่พร้อมที่จะเข้าใจ ให้อภัย หรือรับฟังอีกฝ่ายหนึ่ง

เพราะฉะนั้นคำกล่าวที่ว่า “ มองให้ไกล ใจให้กว้าง ”

จึงเป็นคำพูดที่เตือนสติของเราได้เป็นอย่างดีว่าสิ่งที่เราเห็นอาจไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิดก็ได้แล้วเราจะไปใส่ใจหรือเกิดความรู้สึกต่างๆ กับสิ่งเหล่านั้นเพื่ออะไร

มองให้กว้างเพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีให้กับชีวิตดีกว่า เมื่อนั้นความสุขของเราก็จะตามมาอย่างมากมาย....

---