



คนที่มีความสุขในโลก

คนที่มีความสุขในโลกไม่ใช่คนที่ร่ำรวย

คนที่มีความสุขในโลกไม่ใช่คนที่ประสบความสำเร็จ

แต่คนที่มีความสุขในโลกคือ คนที่มีความสบายใจเท่านั้นเอง

และความหมายของความสบายใจคือ

หนึ่ง เต็มไปด้วยความเชื่อมั่น เชื่อว่าเรามีดี น่าคบหา และเราทำได้

สอง รู้จักตนเอง ยอมรับในข้อบกพร่องของตัวเอง และพร้อมจะปรับปรุงเสมอ

สาม ไม่ต้องดิ้น ถ้าวันวานเคยทำผิดพลาด ก็ยินยอมเปลี่ยนแปลงและรับฟังคนอื่น

สี่ เห็นค่าของตนเอง ไม่คิดว่าตัวเองไร้ค่า จึงมีความสุขในใจเสมอ

ห้า เพลิดเพลินทุกขั เมื่อรู้ตัวว่าทุกขั ก็รับหากทางหลุดพ้น ไม่จมอยู่กับมัน

หก กล้าหาญเสมอ กล้าเปลี่ยนแปลงและรับมือกับสิ่งแปลกใหม่หรือปัญหาต่างๆ

เจ็ด มีความฝัน เมื่อชีวิตมีจุดหมาย เราก็จะเดินไปบนถนนชีวิตอย่างมีความหวัง

แปด มีน้ำใจเอื้ออาทร เมื่อเป็นผู้ให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน ก็พบความสุขในใจเสมอ

เก้า นับถือตนเองไม่ดูถูกตัวเองด้วยการลดคุณค่าและทำในสิ่งที่เสื่อมเสียต่อตัวเอง

สิบ เติมสีสัน สร้างรอยยิ้มให้ชีวิตของตนเองและคนรอบข้าง

ความสุขนั้นคือ พอใจกับวิถีชีวิตของตัวเองและวางฝันของตัวเองตามกำลังที่ตนทำได้

การได้รับวัตถุและความสำเร็จในหน้าที่การงานทำให้เราพึงพอใจและยกระดับฐานะเท่านั้น

แต่เป็นการสร้างความสุขเพียงภายนอกและอาจมีได้อยู่กับเราอย่างมั่นคงถาวรตลอดไป

เพราะคนเรานั้นย่อมมีความต้องการเพิ่มขึ้นเสมอไม่มีวันหยุดนิ่งความสุขที่แท้จริงเกิดจา

กภายในจิตใจของคนเราถ้าจิตใจของเราไม่ว่าง เต็มไปด้วยอารมณ์อันตรายต่างๆ ความ

สุขก็จะเกิดขึ้นได้ยากยิ่งเพราะความสุขนั้นมักเกิดขึ้นท่ามกลางความสงบเสมอชีวิตของคน

เรานั้นไม่ยืนยาวนัก เราสามารถหาความสุขให้ตัวเองได้ตั้งแต่เดี๋ยวนี้

ไม่ต้องมุ่งหวังยามแก่เฒ่า แล้วค่อยอยู่อย่างสงบสุขอย่างที่หลายคนเชื่อกันเชื่อเถอะ เรา

สามารถมีความสุขที่สุดในโลกได้ในตอนนี้ ถ้าเราเริ่มจากตัวเราเอง

