

คำคมและกำลังใจดี ๆ บน Face Book โดย
tonypuy 2010-2011 (tonypuy2009@hotmail.com)

Update Status---- Upจิตใจให้่องใส

มอบของขวัญชิ้นนี้ผ่านความปรารถนาดี

ขอสติและความสุขอยู่คู่คุณตลอดไป

- เคยสังเกตว่าถ้าเราคิดถึงอะไรมากๆหรือคาดหวังอะไร
มากๆมันจะห่างออกจากตัวเราออกไปเรื่อยๆ แต่หากว่าเรา
พอใจอะไรสักอย่าง ทุกอย่างมันจะวิ่งเข้าหาเราโดยไม่รู้ตัว
- วันแห่งการเริ่มต้นด้วยรอยยิ้ม ย่อมเป็นวันที่งดงามทั้งวัน
- ความสุข คือ ความพอใจที่พอใจ
- ไม่มีอะไรจะสุขเท่ารู้ว่าตัวเองพอแคไหน รู้เร็วเท่าไร พอเร็ว
เท่าไร ย่อมจะมีเวลาไปทำอะไรมากๆในโลกนี้อีกมากมาย...ชีวิต
ช่างสั้นนัก..สั้นจนไม่มีเวลาจะไปอารมณ์เสียกับสิ่งที่ไม่สาระ
- ในโลกแห่งสิ่งตรงข้ามไม่มีใดๆจริงแท้ นอกจากธรรม
- ปัจจุบันคือสิ่งที่มีค่ามากที่สุดแต่กลับถูกมองข้ามมากที่สุด
- ขอขอบคุณทุกอุปสรรคที่ทำให้เราได้ใช้ปัญญาได้เต็มที่
- คนที่กลัววิพากษ์วิจารณ์ตนเอง คือ คนที่รู้คุณค่าของการมีอยู่
แต่หากว่าไม่กล้ามองหาคำตัดสินตนเองเลย ย่อมจะทำอะไร
สำเร็จได้ยากแม้จะเป็นเรื่องง่ายๆ

- สติปัญญาเท่านั้นที่จะทำให้เราผ่านพ้นวิกฤตอันเลวร้ายไปได้
- ทำไมมนุษย์จึงหนีความตาย ทั้งๆที่มันเป็นเรื่องจริง ทำไมมนุษย์จึงหนีความทุกข์ ทั้งๆที่มันเกิดกับเราทุกวัน ทำไมเราถึงไม่นั่งลงพูดคุยกับความทุกข์และความตายอย่างเพื่อนสนิท เพื่อที่ว่าวันหนึ่งที่มีนวนรอบมาพบเจอกับเราอีกครั้ง เราจะได้ทักทายมันว่า "เฮ้ เพื่อน วันนี้เราพร้อมแล้วที่จะรับนายได้ทุกอย่าง"
- บางครั้งสิ่งที่คิดว่ามันแล้วร้ายกลับให้บทเรียนอันมีค่ากับเรามากมาย หากเราใช้หัวใจสัมผัสมัน เราจะได้รู้ว่าสิ่งเลวร้ายนั้นแท้จริงมีปัญญาแฝงอยู่ ขอขอบคุณสิ่งเลวร้าย.....
- สิ่งที่เรากำลังเผชิญอยู่ คือ การที่เราไม่เคยพิจารณาตัวเราเองเลย โทษแต่คนอื่นจนไม่รู้สาเหตุจริงๆของปัญหาคืออะไร.....
- ธรรมใดๆย่อมนำไม่สำเร็จ หากไม่ทำ
- สิ่งที่ไม่ควรทำไม่ทำ สิ่งที่ไม่ควรทำไปทำมันทำมาดยดยดย
- นึกถึงความดีของกันและกัน.....สบายใจ
- คนเรารุ่นวายเพราะความคิดจริงๆ
- ชีวิตไม่ได้มาด้วยการไม่ลงทุน

- ไม่มีอะไรหยุดยั้งความจริงใจได้
- วันวาน คือ ยาพิษหากเรานำมันมาปรุงเพิ่มด้วยอคติอันแรงกล้าของตน
- หน้าที่มีไว้ทำ ไม่ได้มีไว้ทิ้ง
- ตั้งคำถามกับชีวิตเยอะ ๆ หาคำตอบให้ได้ทุกวัน โลกช่างงดงามจริง ๆ
- ถ้าโลกนี้มีดีทั้งหมด เราก็คงไม่รู้ว่ามีดีเป็นอย่างไร ทุกคนต่างนำพาตัวเองไปสู่เรื่องที่ดีคิดว่า ไม่มีใครสมบูรณ์แบบขอให้เพื่อนมนุษย์ทุกคนจงเป็นสุขเทอญ
- ขอความเกลียดชัง จงกลับกลายเป็นพลังแห่งความรักเทอญ
- ไม่มีอะไรดีที่สุด ไม่มีอะไรเลวที่สุด เปิดใจให้กว้าง เรียนรู้ให้มาก ๆ แล้วเราจะดีใจมาก ๆ ที่เกิดมาบนโลกใบนี้
- ความสุขที่แท้จริงย่อมไม่เปลี่ยนไปตามกาลเวลา
- อัดตาบังตา มองไม่เห็นแม้แต่ตัวเอง
- สมบัติที่ล้ำค่าจากแม่ คือ สติปัญญาไว้แก้ปัญหา ขอขอบคุณอย่างสุดซึ้งซึ่งรับแม่
- อันความสุขยิ่งหา ยิ่งไม่เจอ ลองสงบนิ่งอาจจะเจอก็ได้
- ความพยายามไม่เสียหาย หากไม่แพ้ใจตัวเองเสียก่อน
- คนจะสำเร็จได้เพราะการกระทำ ไม่ใช่คำพูด
- หาทางที่ตัวเองรักให้เจอแล้วทำอย่างมีความสุข

- มองดูหัวใจจึงจะสัมผัสความสุขที่แท้จริงได้
- ปัญหาเกิดจากเพราะเราตีลังกามา แต่จงกลับหัวเพื่อแก้ปัญหา
- การลงมือทำทำให้ความคิดมีชีวิต
- อะไรเกิดขึ้นแล้วย่อมมีดีเสมอ
- ความงดงามแห่งชีวิต คือ การรู้จักพอให้เป็น
- อย่าพยายามหนีความทุกข์ เพราะนั่นคือคุณจะไม่ได้มีความสุขอีกเลย
- ในเมื่อความคาดหวังกับคนอื่น คือ ความทุกข์ ทำไมไม่หันมาคาดหวังกับตัวเอง และทำให้มันเปลี่ยนแปลงด้วยมือเราเอง
- วันนี้คุณทำหน้าที่ของคุณได้ดีหรือยัง ?
- หากทุกคนได้ตระหนักว่าได้ทำหน้าที่ของตนได้ดีแล้ว ปัญหาย่อมจะกลายเป็นปัญญาได้ไม่ยาก
- ความสำเร็จย่อมจะมาพร้อมกับการเตรียมพร้อม อย่าประมาทกับสิ่งที่ยังมาไม่ถึง
- ปีใหม่ ปีเก่า ขอสติจงอยู่ตลอดไป
- เก็บรับความสุข แม้จะน้อยนิด อีกไม่นานเราจะพบกับความสุขที่ยิ่งใหญ่ และท้ายที่สุดคุณจะรู้ว่าเล็กหรือใหญ่ไม่ต่างกันเลย แค่ว่า...ทุกอย่างก็เท่าเทียม

- ภาพที่เห็นขุ่นมัว เปลี่ยนแว่นที่มอง เห็นทางสว่าง
- ความคิด คือ สิ่งที่ต้องระวัง
- ไม่มีอะไรที่ยั่งยืน
- การเปลี่ยนแปลงเป็นเรื่องธรรมดา
- ยึดหยุ่นได้ทุกสถานการณ์
- ปล่อยวาง....โล่งงงงงงงงงงง
- ทำเพื่อคนอื่น ต้องทำให้ถึงที่สุด แล้วเขาจะนึกถึงเราเอง.....
พ่อผมสอนไว้
- กล้าตัดสินใจ คือ คนจริง
- ความงามมักปรากฏต่อผู้ปล่อยวางอัตตาตน
- เปิดดวงตาแห่งดวงใจให้เห็นความงามท่ามกลางความทุกข์
- ความสุข คือ?
- อะไร อะไรก็อยู่กับเราไม่นาน
- ต้องมีทางของมันละนา
- วิกฤต คือ ของขวัญสำหรับคนที่ยอมรับและเรียนรู้ที่จะอยู่
ต่อไป
- ทำหน้าที่กันต่อไป
- แล้วทุกอย่างจะดีขึ้น
- ในยามยากมักจะพบเพื่อนแท้
- ขอให้ดอกไม้แห่งสติทุกท่าน เบ่งบานกลางน้ำท่วมนี้

- ทำในสิ่งสำคัญก่อนเพราะเวลาไม่มากนัก
- ขอกำลังใจแห่งสติจงพาวิกฤตให้ผ่านพ้น
- เรายังมีลมหายใจอยู่
- จากแม่สุดรักของผม... สู้Xสู้ = สู้ยกกำลังสอง หมายถึงชัยชนะ
ชนะถ้า หนีXหนี = ท้อแท้ เบื่อหน่าย หมายถึงความพ่ายแพ้
เลือกเอานะลูก
- จงทำกายให้มั่นคงตั้งศิลา จงทำใจให้มึนหมึมาดจแผ่นดิน
สู้ๆๆ – แม่สอนไว้
- โลกนี้อยู่ได้เพราะน้ำใจจริง
- น้ำมาปัญญาเกิด น้ำลดปัญญาผุด
- ต้องอยู่กับมันให้ได้
- ชีวิต คือ บททดสอบ เครื่องมือ คือ ปัญญา เราต้องผ่านพ้น
มันไปได้แน่นอน
- สิ่งภายนอกล้วนเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา แต่ภายในคือจิตใจ
เราต้องควบคุมให้ได้โดยสติ
- ขอเกทภัยจงผ่านพ้น ขอสติจงอยู่คู่คุณอย่าหลุดหาย
- ทางออกแห่งความทุกข์ ค้นพบได้ด้วยปัญญาของตัวเอง
- ยามยาก สิ่งที่จะพาข้ามไปได้ คือ ปัญญา
- เวลาและความรู้สึกมักสวนทางกัน ยามทุกข์ช่างยาวนานนัก
ยามสุขช่างสั้นเหลือเกิน ทุกอย่างมันก็เป็นเช่นนั้นเอง