

สารัตถะชีวิต

พระพุทธทาส #ปิดตา ปิดหู ปิดปาก

_ปิดปิดตา อย่าสอดสายให้เกินเหตุ
บางประเภทแก้งทำบอดยอดกุศล
มัวสอดรู้สอดเห็นจะเป็นคน
เอาไฟลนตนไปจนไหม้พอง

_ปิดปิดหู อย่าให้แสบไปฟังเรื่อง
ที่เป็นเครื่องกวนใจให้หม่นหมอง
หรือเร้าใจให้ฟุ้งซ่านพาลลำพอง
ผิดทำนองคนฉลาดอนาถใจ

_ปิดปิดปาก อย่าพูดมากเกินจำเป็น
จะเป็นคนปากเหม็นเขาคลิ้นไส้
ต้องเกิดเรื่องเย็นเยื่อเสมอไป
ถ้าหุบปากมากไว้ ได้แห่งทอง

5 คำ #เกิดกับใครแล้วไม่เจริญก้าวหน้า

- ยาก
- ทำไม่ได้
- ชี้เกียด
- เหนื่อย
- เบื่อ

หลวงปู่ศรี มหาวิโร #มองตน มองคน

_จงมองตนเอง เพื่อแก้ไข และมองผู้อื่น
เพื่อให้อภัย จะอยู่สุขใจเป็นอิสระ...

สิ่งเล็กๆที่เรียกว่ารัก#ไม่มีใจให้

_อยู่กับคนที่ไม่มีใจให้ ต่อให้เขาวาง เวลาที่ไม่ใช่ของเราอยู่ดี....

พระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต)#รู้จักพอ

_ความสุขที่แท้จริงนั้น มีใช้อยู่ที่การปรารถนาอะไรแล้ว
จะได้สมความมุ่งมาดปรารถนาในทุกๆอย่าง แต่อยู่ที่ความรู้จักพอ.....

iWeepro#กำลังใจ

_อันชีวิตมีสุขปนทุกข์บ้าง อย่าได้ร้ายธัมมาอัชฌาสัย
มีสติคุ้มครองป้องกันภัย จงฝึกใจให้เข้มแข็งและอดทน

_หากเหนื่อยล้าขอสูเจ้าได้หยุดพัก ให้จงฮักสุขภาพเพียรฝึกฝน
ออกกำลังทุกค่ำเช้าเพียรสร้างตน จงหลีกพ้นสิ่งอบายคลายทุกข์เอย...