

## แบ่งปันความสุข แบ่งเบาความทุกข์

🕒 นำเสนอเมื่อ 7 ก.ค. 2552

### แบ่งปันความสุข แบ่งเบาความทุกข์

เมื่อใดที่ใครเป็นทุกข์

จงช่วยเหลือแบ่งเบาความทุกข์

และทำให้เขาคิดได้ว่าความสุขยังมีอยู่

เมื่อใดที่มีความสุข

จงแบ่งปันให้ผู้อื่น

**การให้ความเอื้ออาทร ความรักความเข้าใจ**

เป็นการสร้างความสุขให้กับตนเองเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่า

**ยิ่งแบ่งปันความสุขที่มี**

ก็ยิ่งทำให้มีความสุขแก่ตนเองเพิ่มขึ้น

**และหากแบ่งเบาความทุกข์ของผู้อื่น**

ก็จะลดความทุกข์ของตนเองได้ด้วยเช่นกัน

**เพราะว่า "การแบ่งปันความสุขให้ผู้อื่น**

เพิ่มความสุขให้กับตนเองเป็นสองเท่า

**การแบ่งเบาความทุกข์ของผู้อื่น**

ลดความทุกข์ของตนเองลงครึ่งหนึ่ง"

-----

ขอขอบคุณบทความจากพลังจิตต่อทคอม