

ข้อคิดดีๆ...หายเครียด....ก่อนปีใหม่

นำเสนอเมื่อ : 24 ธ.ค. 2552

เก็บข้อคิดดีๆ.....เอามาฝาก ก่อนถึงปีใหม่ทั้งไทยและเทศละ

* นึกว่าเสมอว่าการโกรธ 1 นาที จะทำให้ความทุกข์อยู่กับเธอ 3 ชั่วโมง

- * ถ้ายิ้มให้กับคนที่อยู่ในกระจก รับรองว่าเขาต้องยิ้มตอบกลับมาทุกครั้งแน่
- * หลับตานั่งๆ ซัก 3 นาที เมื่อรู้สึกว่าจะไรตรงหน้ามันช่างยากจัง
- * ระหว่างแปร่งฟันถ้ายิ้มเพลงด้วยไปจนจบจะทำให้ฟันสะอาดขึ้น 2 เท่าแน่
- * เลี้ยวซ้ายแต่ละคำให้ช้าลง จากที่รสนชาติธรรมดา ก็จะอร่อยขึ้นเยอะ

✘

- * ควรหัดพูดคำว่า ? ไม่เป็นไร? ให้เคยปากมากกว่าการพูดคำว่า ?จะอย่างไร?
- * สัตว์เลี้ยงที่บ้านเก็บความลับเก่ง เรื่องที่ไม่อยากให้อื่นรู้อาจลืมมันฟังได้
- * อาหารที่ไม่ชอบกินตอนเด็ก ลองดักเข้าไปอีกที เพื่อจะกลายเป็นอาหารจานโปรด
- * เขียนชื่อคนที่เธอเกลียดใส่กระดาษแล้วฉีกทิ้งความเกลียดจะเบาบางลงเรื่อยๆ
- * ให้อภัยน้ำตาไหลโดยไม่ต้องเช็ด เมื่อน้ำตาแห้ง จะดูไม่ออกว่าเพิ่งร้องไห้มา

✘

- * ก่อนจะซื้ออะไรก็ตาม ต้องคิดหาประโยชน์ของมันให้ได้อย่างน้อย 3 ข้อก่อน
- * ถึงเลือกกางเกงในผู้จะมีอยู่น้อย แต่ถ้าสลับกันไปเรื่อยๆ ก็ดูเหมือนจะเยอะขึ้น
- * เลือกให้ของขวัญคนที่ไม่เคยได้ ดีกว่าคนได้เยอะจนจำชื่อคนที่ไม่หมด
- * ในวันที่รู้สึกเศร้าๆ เหงาๆ เดินไปซื้อดอกไม้ให้ตัวเองชดเชยแล้วจะดีขึ้น
- * แอบรักใคร่ซัดกัน ยิ่งใจก็ตีกว่าไม่เคยรู้ว่าความรู้สึก ?รัก? เป็นยังไง

✘

- * ถึงจะไม่ได้ออกไปไหน แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าแต่งตัวสวยๆ หล่อๆ ไม่ได้
- * พยายามอ่านหนังสือทุกชนิดในมือให้จบเล่มอาจไม่สนุกแต่มีประโยชน์แฝงอยู่
- * วันที่ตื่นเช้าๆ ให้อึดใจที่ยานานที่สุดเท่าที่จะทำนานได้ ถ้าขี้เกียจออกกำลังกายนะ
- * รู้รีเปล่านั้นดีกว่าไม่ทำมันอยู่กับต้น ยิ่งใจก็อยู่ได้นานกว่าบานในแจกัน
- * ทะเลาะกับใครๆ พรอมรอยยิ้ม เรื่องราวจะง่ายกว่าที่คิดเยอะ

✘

- * เอารูปตัวเองตอนเด็กๆ มาดูตอนเรียความมันจะดีขึ้นอย่างไม่น่าเชื่อ
- * พยายามหาข้อบกพร่องของคนที่คุณใจจางอย่างน้อยก็มีข้อปลอบใจตัวเองบ้าง!
- * ไหว้ไปหาแฟนของคุณ แล้วพูดแค่คำว่า ?คิดถึง? พยายามสวยแล้วต้องยิ้มทั้งใจ
- * ในวงสนทนาถ้ายังไม่ออกว่าจะคุยอะไรอย่ช่วยแก้สถานการณ์ได้
- * ค่อยๆ เดินทอดน่องแบบสบายๆ ในวันที่ไม่มีอะไรที่ต้องไปเสาะ
- * ชื่อของฝากทุกคนในบ้าน ก็เหมือนกับการชื่อของฝากตัวเองนั่นแหละ
- * จะหน้าตาอย่างไรก็แล้วแต่ ถ้าถึงขยชะงักก็กลายเป็นชี้เหวไรได้ทันตาเห็น

✘

- * นั่งสมาธิให้นานๆ และบ่อยๆ ก็ทำให้ผิวสวยขึ้นได้เหมือนกัน
- * นอกจากตอนที่ยิ้มแล้ว ไม่ว่าจะก่อนหรือหลังกินก็หัวเราะได้บ่อย
- * จินตนาการถึงเรื่องที่ยากหรือยากเป็นที่ยานอนหลับอย่างหนึ่ง
- * อ่านหนังสือหรือการดูหนังโปรดเป็นการเติมน้ำมันให้ตัวเองอย่างดี
- * ยังไม่มีใครเคยแย้งว่า การอาบน้ำไม่สามารถคลายเครียดได้จริงๆ
- * ก่อนจะตำใครให้หมั 1 ถึง 50 เหลอๆ อาจจะไม่อยากตำแล้วก็ได้

✘

- * ไม่ต้องทำยุ่งกับเพื่อนที่หักหลังก็แค่อย่าเรียกเค้าว่าเพื่อนก็พอแล้ว
- * รักครั้งแรกส่วนใหญ่ก็อกหักทั้งนั้น น่าจะดีใจที่ไม่แปลกกว่าชาวบ้านเค้า
- * การที่หาของหายอาจเป็นการใช้หนี้ของชาติที่แล้วให้คนอื่นที่เก็บมันได้
- * ถึงจะไม่มีเงินอยู่ในกระเป๋าซักบาท ยังดีกว่าไม่มีเสื้อผ้าให้ใส่ตั้งเยอะ
- * หนีที่โดนเบียดไป ทำให้เรารู้จักใครบางคนดีขึ้นโดยไม่ต้องใช้เวลา
- * คนอื่นไม่เข้าใจเราไม่เห็นแปลก ในเมื่อเราก็ไม่เข้าใจคนอื่นเหมือนกัน

✘

- * ไม่ต้องช่วยใครๆ คำตัวเอง ถ้าสิ่งๆ ที่ทำไปแน่ใจว่าพยายามเต็มที่แล้ว
- * รุ่งให้เหนื่อยมากๆ ความโกรธจะได้ถูกขับออกมาพร้อมกับเหงื่อ
- * ถ้ากลัวจะนอนฝันร้าย สวมหมอนก่อนนอนเหมือนตอนเด็กๆ ดูสิ
- * ของฝากสำหรับคนห่างไกล คือการโผล่ไปเซอร์ไพรส์ด้วยตัวเอง
- * เพลงจังหวะมันๆ ทำให้คนฟังกระปรี้กระเปร่าได้โดยอัตโนมัติ
- * อย่าเอาตัวอะไรอยู่ในกล่องของขวัญ แล้วจะไม่รู้จักคำว่าผิดหวัง

✘

ขอบคุณsiamsouth