50 ข้อคิด มุมมองเพื่อความเข้าใจในชีวิต

นำเสนอเมื่อ : 17 ก.ย. 2551

1. เมื่อเด็กกำลังเติบโตเป็นวัยรุ่น มีความต้องการเป็นตัวของตัวเองสูง ผู้ใหญ่ที่ไม่เข้าใจและใจแคบมักจะมองว่าเด็กดื้อ

2. คนเราจิตตกได้เป็นครั้งคราว อาจทำอะไรที่ไม่เหมาะสมได้ การรู้ตัวเองและให้อภัยตัวเองจึงเป็นสิ่งสำคัญ

3. คนอกหักไม่อาจตัดความโศกเศร้าได้ด้วยเหตุผลเพียงอย่างเดียว เวลาเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการเยียวยาความรู้สึกดังกล่าว

4. ให้เคารพแนวคิดของผู้อื่นบ้าง เสมือนหนึ่งเป็นอีกแนวคิดหนึ่งที่ต่างไปจากเราเท่านั้นเอง

5. ตนเองเสียเมื่อไหร่ที่คิดดี คิดชอบเป็นอยู่คนเดียว

6. ทำไปเพราะไม่รู้ ให้อภัยกันได้ รู้แล้วยังทำ คือ ความดื้อ

7. ก่อนที่จะว่ากล่าวถึงนิสัยไม่ดีของลูกนั้น ให้มองตัวพ่อแม่เองก่อนด้วยว่า เรามีส่วนผลักดันให้เขาเป็นเช่นนั้นด้วยหรือเปล่า

8. ความทุกข์ของมนุษย์ 100% เกิดจากการพยายามฝืนความจริงของธรรมชาติ

9. หากต้องอยู่กับคนที่ไม่เกรงใจกันเลย พูดกับเขาให้น้อยลง เล่นกับเขาให้น้อยลง

10. หากอยากได้อะไร ก็ควรเสียอะไรบ้าง

11. ถ้าเราปล่อยให้โลก เร่งตัวเรา ควบคุมตัวเรา จนเราขาดอิสระภาพ เราก็จะทุกข์ ถ้าเราจะเร่งโลก ควบคุมโลกให้โลกนี้เป็นไปตามความต้องการของเรา เราก็ทุกข์เช่นกัน

12. ความฉลาดอาจหลอกคนได้ ความจริงใจต่างหากที่จะชนะใจคน

13. การให้ความสำคัญกับกฎเกณฑ์มากไป ทำให้เราลืมธรรมชาติ ลืมความเป็นจริงได้ง่าย

14. อารมณ์เป็นตัวกำหนดความคิด ความคิดกำหนดพฤติกรรม หากจะเข้าใจพฤติกรรมของคนให้ถูกต้อง จึงต้องอ่านอารมณ์ให้ออก

15. การมองอะไร ว่าดี ว่าเลว ขึ้นกับว่าอารมณ์ของเราขณะนั้นเป็นอย่างไร

16. ทำอะไรก็แล้วแต่ ควรมีหลักการบ้าง แต่ต้องระวังอย่ายึดเป็นกฎเกินไป

17. อะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิดเป็นคำพื้น ๆ ที่ใช้มาเตือนสติเราได้ดีตลอดกาล

18. การพยายามทำอะไรทุกอย่างให้ได้ การสงสัยอะไรทุกเรื่องเป็นความโง่ได้ก็เพราะว่าเรื่องต่าง ๆ ในโลกนี้มีตั้งหลายเรื่องที่ใช่ว่าเราจะรู้มันได้ง่ายและเรื่องอีกหลายเรื่อง ก็ไม่จำเป็นที่ต้องตอบให้ได้ด้วย

19. คุณธรรมส่อคุณค่าของมนุษย์มากกว่าความฉลาด

20. อะไรก็ตามแต่แม้ว่ามันจะจริง จะถูกต้อง แต่ถ้าการพูดออกไปนั้น มันไม่มีประโยชน์มีแต่ผลเสีย อย่าพูดดีกว่า

21. การขาดความเกรงใจต่อกัน ทำให้เราทะเลาะกันได้ง่าย การมีความเกรงใจต่อกันที่มากเกินไป ก็ทำให้เราไม่เป็นตัวของตัวเอง

22. ใครที่เขากล้าพูดความจริงกับเราออกมา นั่นก็เพราะเขามีความเชื่อมั่นว่าเราจะยอมรับเขาได้

23. การฝึกวินัยให้กับลูกนั้นแท้ที่จริงแล้วเป็นการฝึกวินัยให้กับพ่อแม่ด้วย

24. หากลูกเป็นคนเฉื่อยชา เราคงต้องช่วยกระตุ้นให้กำลังใจ หากลูกเป็นคนเอาจริงเอาจังเกินไป เราคงต้องช่วยสอนให้ลูกได้ปล่อยวางบ้าง กฎเกณฑ์การเลี้ยงลูกของคนๆ หนึ่ง จึงไม่เหมือนของอีกคนๆ หนึ่ง

25. เมื่อคิดจะเสนอความคิดเห็นต่าง ๆ ที่มองว่าดี ต้องมองถึงความเป็นจริง ความเป็นไปได้ด้วยเสมอ

26. แต่ละคนมีศักยภาพของตัวเองอยู่แล้ว เราจึงควรต้องให้เกียรติต่อกันบ้าง

27. เมื่อเป็นคนก้าวร้าวคนอื่นไม่เป็น ก็มักจะถูกคนอื่นรุกรานได้ง่ายเช่นกัน

28. ถ้าเราเชื่อเรื่องกรรม การตายก็ไม่ใช่วิธีการหนีปัญหาได้ตลอดไป เนื่องจากกรรมนั้น ๆ ยังไม่ได้ชดใช้ จนหมดวาระในตัวของมันเอง เกิดชาติหน้า กรรมเก่าก็จะติดตัวต่อไปอยู่ดี

29. การมองปัญหาในแง่มุมต่างกัน ในจุดต่างกันจะทำให้เข้าใจปัญหาได้ต่างกัน

30. เราจะให้อภัยตัวเอง กับผู้อื่นได้นั้น เราต้องเข้าใจในตัวเองและผู้อื่นได้ก่อน

31. การแก้ปัญหาทางบุคลิกภาพต้องอาศัยทั้งความจริงใจและการอดทนเป็นอย่างยิ่ง

32. ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นเรื่องที่ดี แต่....ปัจจัยแห่งความสำเร็จนั้นก็หาได้ขึ้นอยู่กับเราคนเดียวไม่

33. เวลาที่พ่อแม่จะสะกิดฝีหนองให้ลูกนั้น พ่อแม่เองก็เจ็บปวดไม่น้อย

34. บางครั้งเราต้องการให้คนอื่นมาเข้าใจเรา มากกว่าที่เราอยากจะเข้าใจตัวเอง นั่นก็เพราะว่า เรายังเป็นมนุษย์ที่ยังมีความอ่อนแออยู่บ้าง

35. เรื่องที่คนเราประทับใจ มักจะลืมเลือนได้ยาก ก็เนื่องจากความประทับใจ ไม่ใช่ความจำนั่นเอง

36. จะมีเราอยู่..... เขาก็เป็นอย่างนั้น

ไม่มีเราอยู่..... เขาก็เป็นอย่างนั้น

37. หากเขาคิดจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง จริงๆแล้ว เราเป็นได้แค่เพียงตัวกระตุ้นเท่านั้น

38. ถ้าเราเรียนรู้ธรรมะด้วยเหตุผลเพียงอย่างเดียว เราจะสัมผัส " การรู้ " ได้ยากยิ่ง

39. ความสับสนในชีวิตมันเกิด ควรหาที่ยึดเหนี่ยวให้จิตใจได้พักเสียบ้าง

40. เรื่องของชีวิต มันมีจังหวะที่ต้องรอคอยอยู่บ้าง จะเรียกร้องให้มันได้ดั่งใจเสมอ47. พ่อแม่หากมีความรักลูกมากไปแล้ว ก็ยากที่จะสอนวินัยให้กับลูกได้ดี

48. การเข้าใจคนอื่นได้ เป็นเรื่องที่ดี การเข้าใจตนเองได้ยิ่งเป็นเรื่องที่ดี เรื่องที่แย่ และก่อให้เกิดทุกข์ได้มากก็ คือรู้สึกว่าไม่มีใครเข้าใจเราเลย

49. กังวล เกินกว่าเหตุ... เชื่อมั่น มากเกินไป...

ล้วนเป็นสิ่งที่เราต้องรู้จักตนเองอยู่เสมอ

50. การเร่งแก้ปัญหา โดยรีบคิดให้ตกทันที จะยิ่งสร้างปัญหาทางอารมณ์ได้มากยิ่งขึ้น