

ทำดีได้บุญ.....ไม่ต้องเสียเงิน

นำเสนอด้วย : 29 ต.ค. 2552

ทำดี อยากรได้บุญ แต่ไม่อยากเสียเงินทำแบบนี้สิ

๑. ตีนเซ้าขึ้นมา ก็คิดแต่สิ่งดีๆ ทันทีที่ตีนนอน

หากเราคิดถึงแต่สิ่งที่ดีที่งาม ก็จะทำให้ใจเราสดชื่นกระตือรือร้นพูรอมที่จะรับมือกับชีวิตประจำวันด้วยความรื่นเริง ไม่หงุดหงิด โนโห แค่นี้ นอกจากเราจะมีความสุขแล้วคนรอบข้างเราก็มีความสุขไปด้วยกันอีก ว่าเป็นการทำบุญอย่างหนึ่ง

๒. ยึมແຍ້ມແຈ່ມໄສ ໃນແຕ່ລະວັນ

หากเราจะรู้จักยิ่มแย้มแจ่มใสไม่ว่าจะยิ่มกับคนรู้จักรึอไม่รู้จักก็ตามหน้าตาของเราก็จะดูเป็นมิตรทำให้คนอยากรู้ใจกลถาราเป็นพอมแม่ยิ่มกับลูกก่อนไปทำงาน ลูกก็ติดใจ ลูกยิ่มกับพ่อแม่ก็สบายใจว่าตั้งคนต่างไม่มีเรื่องเดือดร้อนใจแน่ หรือหากมีก็กล้าจะมาปรึกษาหารือ หรือหากเป็นเจ้านายยิ่มกับลูกน้องๆรัววันนัน้ายอารมณ์ได้

ทำให้ทำงานด้วยความมั่นใจไม่ต้องระแวงว่าจะถูกเรียกไปต่อว่าและถ้าเรียกก็คุณจะมีเมตตากว่าเวลาที่นายทำหน้าที่กับคุณ

๗.ทักษิณ โภปรารถรย คุณนางคน นอกจางจะไม่ยึมกันใครแล้ว

ยังชูบทำหน้าบึงตึงไม่คิดจะพูดจากทักษิรด้วยชึ่งถ้าเกิดทำงานเด้านบริการคนมาติดต่อคงรู้สึกเกร็งและกังวลตลอดเวลาจะถูกเอื้อดูต่ำโรมเมื่อไรก็ไม่รู้ดังนั้น
นอกจายิมแยมแรมใสแลวเราก็คู่ควรจะอ่อนเยียวกจากทักษิรผู้มารับบริการก่อนการทักทายปราชัยกับผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นผู้มากอ้วนบริการเพื่อนผู้คนรู้จัก ผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาหรือแม่แต่คนที่มาทำงานให้เรา เช่น แม่บ้าน ยาม ฯลฯ จะทำให้เขารู้สึกเป็นมิตร และอบอุ่นใจ

ทำให้บรรยายกาศในที่นั่นๆดีขึ้น

๔.แบ่งปันน้ำใจไม่ตรี สามารถทำได้ทุกที่และทุกเวลา เช่น

ช่วยพ่อแม่จัดโต๊ะอาหาร ล้างถ้วยชาม ลูกให้เด็กผู้หญิงท้อง หรือคนแก่นั่งช่วยถือของหนักให้คุณในรถเมล์หุยดรัตให้คนข้ามถนนหรือรถอื่นไปก่อนช่วยเบาภาระงานให้เพื่อนในที่ทำงานเป็นต้นการให้ความช่วยเหลือเช่นนี้เป็นการทำบุญด้วยการลดความเห็นแก่ตัวของเรางและทำให้เราได้รับมิตรไม่ตรีสนองตอบกลับมาด้วย

๕. ปลูกปลูกให้กำลังใจช่วยแก้ไขปัญหาหลายๆ

ครั้งที่เพื่อนฝูงญาติมิตรอาจประสบปัญหาชีวิตและเกิดความทุกข์ใจแสนสาหัสสิ่งที่ดีที่สุดคือความเมินมิตรและถ้อยคำที่ปลูกปลูกให้กำลังใจคำพูดดีๆที่มาจากใจจะทำให้ผู้ที่ตกอยู่ในห่วงหุกข์รู้สึกดีขึ้นและมีพลังที่ต่อสู้ชีวิตต่อไปได้

๖.ให้คำชมด้วยความนิยมยินดี

การกล่าวคำชื่นชมต่อผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดๆย่อมจะทำให้ผู้รับคำชมรู้สึก平原ปลื้มยินดีและมีความสุขได้โดยเฉพาะในเรื่องที่เข้าทำสำเร็จแต่ทั้งนี้ต้องอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริงและจริงใจด้วยดุอย่างตัวเราเองแค่ไหน แต่งตัวสวย แล้วมีคุณงาม

หากท่านใดที่ต้องการย้อมรับและคำชมทั้งนั้น เพราะคำชมจะเป็นการเสริมเพิ่มกำลังใจให้อยากทำดียิ่งๆขึ้นไป

๗.แนะนำให้คำสอนที่ดี มีคุณค่า

ไม่ว่าจะเราจะอยู่ในสถานภาพใด เช่น เป็นลูก เป็นพ่อแม่ลูกน้อง เจ้านาย เพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมอาชีพ ฯลฯ หากเราจะมีเมตตาแนะนำในสิ่งที่ดีมีประโยชน์และคุณค่าต่อผู้อื่นหรือสอนในสิ่งที่เราชำนาญให้แก่ผู้อื่นก็จะเป็นการช่วยเกื้อกูลสังคมให้ดียิ่งขึ้น

และผลก็จะย้อนมาสู่ตัวเราผู้ทำด้วย เช่น สอนงานให้ลูกน้อง ต่อไปเมื่อเข้าทำงานเป็นเราก็ไม่ต้องเหนื่อยมากและเขาก็จะรู้สึกขอบคุณเรา แนะนำวิธีของการทำลายหุ่นพลาสติกและเศษกระดาษ ไม่เจ็บไข้ได้ป่วยฯ เราจะสอนให้รู้สึกดีจากการแนะนำให้ความรู้ที่เรามีหรือทราบมาก่อนไม่รู้จักอย่างแน่นำหมอ ยาดีๆหรือธรรมะที่ดีแก่คนอื่นทำให้เข้าหายป่วยหรือรู้สึกดีขึ้นเขาก็จะอธิฐานหรือให้พรเรา ทำให้เราพบแต่สิ่งดีๆในชีวิต

๘.การให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่น

โดยทั่วไปคนเรามักจะให้อภัยตัวเองง่ายและมีข้อแก้ตัวให้ตนต่างๆนานา แต่ถ้าผู้อื่นผิดพลาดแล้วเรามักเห็นเป็นเรื่องใหญ่และคำหนี้ดีเดียนไม่รู้จักแล้วจบดังนั้น เราจะต้องหัดมีเมตตาธารรจักษิให้อภัยต่อผู้อื่นให้หายเมื่อันให้อภัยแก่ตัวเราเองเพราการให้อภัยจะทำให้เราไม่ผูกใจเจ็บ ไม่อาฆาตมาร้ายไม่ก่อศัตรุ แต่ทำให้จิตใจเราสงบเป็นผีกิจตพื้นฐานอย่างหนึ่งที่จะนำไปสู่กุศลขั้นสูงอีกต่อไป

๙.ฝึกจิตให้สงบและสบายด้วยการทำสมาธิหรือสวามนต์

การรู้ทำสมาธิ พั้งคูเหมือนยก แต่จริงๆเราทำได้ตลอดเวลาไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนหรือทำอะไรอยู่ เช่นกินข้าว
อาบน้ำ ทำการบ้าน ทำงานบ้าน
อ่านหนังสืออยู่ที่ทำงานหัวใจหลักคือให้เอาใจไปจดจ่อในสิ่งที่ทำเพียงอย่างเดียวจะทำให้เราทำทุกอย่างได้ดีขึ้น
 เพราะไม่พะวักพะวุนคิดหรือทำหลายอย่างในเวลาเดียวกันอันทำให้ขาดสติและทุกๆคืนก่อนนอน
 ก็ควรสวามนต์ให้พระที่เรานับถือโดยอาจเลือกบทสวดสั้นๆที่เรารชอปเสร็จแล้วก็อยาลีมแมเมตตาให้กับตัวเราเองแล
 ะผู้อื่นตามสมควร

ข้อมูลมาจากการ www.meemodel.com