

8 ข้อปฏิบัติอยู่อย่างมีความสุข

นำเสนอเมื่อ : 3 พ.ย. 2552

การดำเนินชีวิตอย่าง Slow Life ใช่ว่าจะเป็นเพียงนามธรรม เพราะที่ประเทศญี่ปุ่น พลเมืองชาวคาเกะกาวา จ.ชิซุโอกะ นิยมการใช้ชีวิตอย่างเนิบช้าตามหลักปฏิบัติทั้ง 8 ข้อ ประกอบด้วย

Slow Life ทำได้ทั้ง 7 ข้อข้างต้น ผลตอบแทนที่ได้ก็มีความสุขกับชีวิตที่ช้าๆ และดีกว่า Fast Life เห็นชาวญี่ปุ่นทำได้ตั้งนั้นแล้ว ใครพร้อมจะเปิดรับแนวทางแห่งความสุขสูตรนี้ อาจนำข้อปฏิบัติทั้ง 8 ไปปรับใช้ให้เหมาะกับวิถีชีวิตของคุณ ก่อนจะตั้งใจเลือกว่า Slow หรือ Fast Life ชีวิตจะสุขกาย สุขใจ ได้มากกว่ากัน.

ที่มาข้อมูล : หนังสือพิมพ์เดลินิวส์