

อัลโหล..... >> มีสายด่วน...บ้านนี้ตรวจสุขภาพประจำปีหรือยังครับ.....?

นำเสนอเมื่อ : 24 เม.ย. 2552

สุขภาพจิตที่แจ่มใส ต้องขึ้นกับสุขภาพกายที่สมบูรณ์

ประสบการณ์แห่งชีวิตกายกับจิตคือมิตรแท้

.....

กายกับจิตคู่ชีวิตสนิทฉันท์
โปรดให้ความสำคัญเป็นที่ยิ่ง
ด้วยทั้งสองต่างอาศัยให้พักพิง
หากมีสิ่งแปลกปลอมยอมมสูตตาย
ฉะนั้นจึงพึงระวังอย่ากังขา
อย่าปล่อยให้มวลพยา-ธิทั้งหลาย
มาสร้างบ่อนั่นทอนกร่อนร่างกาย
อันตรายจะเชื่อมต่อฝ่อจิตใจ
เมื่อร่างกายมีเรียวแรงแข็งขยัน
อุปสรรคไม่สำคัญพันฝ่าได้
หากปล่อยปละละเลยไม่เฝ้าไฟ
ขาดเหลี่ยมแลเอาใจใส่ให้โรครุม

จะเกิดความเคืองขัดถนัดทุกข
ใจที่สุขจะพลอยเศร้าราวไฟสุ่ม
กายภาพที่แข็งแกร่งแกร่งเปลี่ยนนุ่ม
ความกลัดกลุ้มสุขทรวงหน่วงอุรา
ฉะนั้นจึงพึงระวังอย่าพลั้งเผลอ
หากตรวจเจอโรคภัยรีบรักษา
หากปล่อยตัวปล่อยใจไม่นำพา
เทวดาอาจช่วยยากฝากย่าเตือน....

.....

ผลพวงแห่งการประมาทในชีวิต มีสิทธิ์ไม่ก็ครั้ง
ท่านที่ยังไม่ตรวจสุขภาพประจำปี อยากรู้อะไรรีบใส่ใจ
ไม่เช่นนั้นจะเหมือนกับผุเขียนคอลัมน์นี้ เกือบแล้วชิ..ยมบาล..เกือบขานชื่อ.....

(ที่มาของงานเขียน เรื่องต่อไป.....ตายครั้งที่ 4 ที่เจตนาตาย
เตรียมอ่านนะครับ) ขอขอบคุณครับ