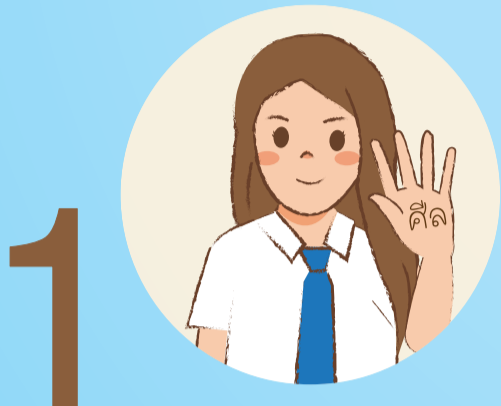




7 กิจวัตรความดี

เพื่อชีวิตที่สดใส ครอบครัวยั่งยืน สังคมสงบสุข



1

รักษาศีล 5

ทุกวัน..ให้มีความตั้งใจเสมอว่า เราจะรักษาศีล 5 ให้ดี เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุขของเราเอง



2

สวดมนต์ นั่งสมาธิ

เมื่อใจสงบ พบความสุขภายใน จะทำให้มีสติ มีกำลังใจในการทำความดี มีศักยภาพในการพัฒนาตนเอง



3

สะอาด เป็นระเบียบ

จะลดปัญหาการกระทบกระทั่ง ใจสบาย ความคิดเป็นระเบียบ ชีวิตดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ



4

คิดดี..จับดีคนรอบข้าง

จะทำให้จิตใจชุ่มเย็น ไม่ผูกโกรธ ให้อภัยผู้อื่นได้ง่าย ได้แนวทางมาพัฒนาตนเอง



5

พูดดี..มีวาจาสุภาพ

คิดให้ดีก่อนพูด ทำให้มีคำพูดดี ๆ ออกไป และจะมีเรื่องราวดี ๆ ย้อนกลับเข้ามาหาตัวเราเอง



6

ทำดี..บำเพ็ญประโยชน์

เอื้อเฟื้อแบ่งปัน เข้าวัดทำบุญ จะทำให้ชีวิตดีมีความสุข เพิ่มพูนความเป็นสิริมงคล

7



ร่วมกิจกรรม ชม.สุขจริงหนอ

หมั่นพบปะเพื่อนกัลยาณมิตร ไม่คบคนพาล ฟังธรรมตามกาล ชีวิตจะสุขสันต์..ยั่งยืนนาน