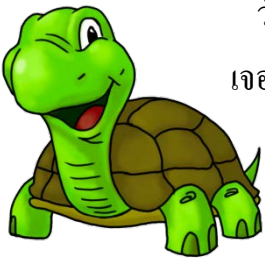


มวลความสุข

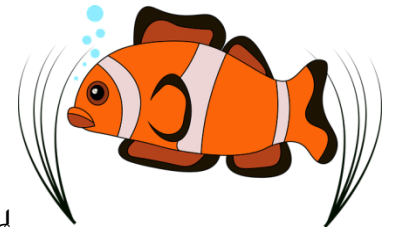
>>> ความขุ่นเคืองใจ บางทีก็มาจากการใส่ใจในคำพูดคนอื่นมากเกินไป<<<

พอเริ่มผ่านวันเวลาผ่านผู้คนมามาก จึงปรารถนาที่จะอยู่เงียบ ๆ ทำอะไรก็ได้ที่รู้สึกสบายใจ ใครให้ช่วยเหลืออะไรที่พอทำได้ก็ยินดี เริ่มเบื่อหน่ายการนั่งนินทา วิจารณ์คนนั้นคนนี่ (แม้บางทีมีผลออกไปบ้าง) พยายามจะไม่พูดจาที่สร้างความระคายเคือง แต่ก็ยังคงแฝงไว้ด้วยความจริงจังและจริงใจ จากที่เคยคิดนรนกระวนกระวายสร้างตัวตน พออยู่คนเดียวกลับเห็นเพียงความว่างเปล่าที่เคยไขว่คว้าหาทำ ใครจะว่าชีวิตเหมือนอยู่ในถ้ำ ก็ไม่เป็นไร ใครจะคิดเช่นไรก็สิทธิ์ของเขา เราเห็นว่าวันนี้ไม่ต้องไปหาความร่ำรวยจากเปลือกนอก พยายามรักษาความสุขภายในเอาไว้ได้

ใช่หรือไม่ ที่ผ่านมาระจกั้เคยกับคำว่า “GDP” ผลผลิตมวลรวมภายในประเทศ (Gross Domestic Product) ซึ่งเป็นดัชนีชี้วัดทางด้านเศรษฐกิจที่สำคัญที่สุด เป็นเป้าหมายการบริหารแผ่นดินและตัวชี้วัดความมั่งคั่งอย่างยั่งยืนของประเทศ แต่ไม่นานมานี้ทั้งโลกกลับเห็นว่า ความสุขมวลรวมของหมู่บ้านและชุมชน : Gross Village Happiness “GVH” นั้นสำคัญไม่แพ้กัน ชีวิตผู้คนนั้นต้องมีการพัฒนาในระดับจิตใจ เป็นความสุข ความรู้สึกภายใน ที่ส่งผลต่อตนเอง ครอบครัว สังคม



วันหนึ่งปลาซบโอกาสพูดเหยียดว่า “เธอนี้ก็น่าขันนะ เวลาเจออะไรก็เอาแต่หลบอยู่ในกระดอง ไม่อยากยอมรับความจริงละสิ!” เต่าได้ฟังอย่างนั้นได้ยิ้มให้ปลาอย่างไม่ถือสา “คำวิจารณ์ของคนอื่นมันสำคัญกับชีวิตเรามากหรือ? ฉัน



ไม่ได้กลัวจนหัวหดหรอกนะ ฉันแค่อยากอยู่สงบ ๆ ของฉันก็แค่นั้นเอง” เต่าบอก “เธอไม่สนคำพูดของคนอื่นนั่นสิ!” ปลาเหยียดต่อ เต่ามองปลาแล้วยิ้มให้อีกครั้ง จากนั้นก็หันหลังว่ายต่อ พร้อมกับเอ่ยทิ้งท้ายให้ปลาคิด “นั่นคือเหตุผลที่ว่า ทำไมฉันจึงอายุยืนกว่าเธอ!”...(นุสนธิ์บุคส์)

มวลความสุขเริ่มจากความสุขส่วนตัวที่เราสร้างขึ้น เมื่อสุขเพิ่มพูนความมั่นคงของชีวิตก็ตามมา วันนี้เราอาจจะหลงอยู่กับมาตรวัดทางด้านเงินทอง ทางด้านวัตถุ ยศศักดิ์ ตำแหน่ง และความรู้ความเก่งที่เหนือกว่าคนอื่น เรามีความสุขกับสิ่งเหล่านี้จริงหรือ? ได้มากก็อยากได้อีก กลับมาหาหนทางความสุขที่แท้จริงกันบ้าง จัดสมดุลให้เกิดขึ้นในชีวิต สร้างสุขภายใน เพื่อมวลความสุขของสังคมนรอบข้างตัวเราไปด้วยกันบ้างก็ดีนะ

คนข้างวัด

ติดตามอ่านบทความได้ที่ <https://konkhangwat.blogspot.com/>