

## เราสูญเสียในวันเวลา

ท่ามกลางชีวิตที่เต็มไปด้วยความสะดวกสบาย **แต่ภายในกลับว่างเปล่า**

เราอยู่ในยุคที่ความสะดวกสบายอยู่แค่ปลายนิ้วสัมผัส อยากกินอะไรก็ได้กิน

อยากรู้ชีวิตใครก็ได้ไฟด ยอดอยากได้เครื่องมือทุนแรงแบบไหน ???

### เทคโนโลยีก็เนรมิตให้ได้ทันที

เรามีเครื่องมือทันสมัยครบ ครัน แต่ทำไมลึก ๆ ในใจ หลายคน กลับรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวอย่าง บอกไม่ถูก

นี่คือการสูญเสียครั้งใหญ่ ของผู้คนในยุคสมัยใหม่ ยุคที่



ร่างกายเรอ็มหน้าด้วยสิ่งอำนวยความสะดวก **แต่จิตวิญญาณของเรากำลังหิวโหย** ฝ้าวิ้งไล่ตามหาความสุขที่แท้จริง **แต่ยิ่งวิ่งก็ยิ่งเหนื่อย ยิ่งเดินก็ยิ่งไม่เต็ม**

เราติดกับดักการเปรียบเทียบ **โซเชียลมีเดียมีแต่ความสำเร็จและชีวิตดี ๆ ของคนอื่น จนเราผลอด้ยค่าชีวิตธรรมดา ๆ ของตัวเอง**

เราเสพติดความเร็ว เราทนอยู่กับความเงียบและความเบื่อไม่ได้ มีเวลาว่างต้องหยิบมือถือทันที **สมองเราจึงถูกถมด้วยข้อมูลตลอดเวลา จนไม่มีพื้นที่ให้จิตใจได้พักผ่อน**

เราสับสนระหว่าง **“ความสะดวกสบาย กับ ความสุข”** ลืมไปว่าเครื่องมือเหล่านั้นซื้อ **“ความสุขใจ และ ความหมายของชีวิต”** ให้เราไม่ได้

ในยุค AI ครองโลก ความสุขไม่ได้อยู่ที่ **“ความเร็ว แต่อยู่ที่ ความรู้สึก”** เราไม่ได้ถูกสร้างมาเพื่อเป็นหุ่นยนต์ที่ทำงานแข่งกับเวลาและเสพข้อมูลตลอด 24 ชั่วโมง หัวใจของเรายังต้องการความอบอุ่น ความสงบ และการยอมรับในสิ่งที่เราเป็น **หันกลับมาดูแลจิตวิญญาณของเราบ้าง** เริ่มต้นจากการวางมือถือนิ่งลง **สูดหายใจเข้าลึก ๆ สัมผัสกับพระในตัวเรา...**

คนข้างวัด

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