

สวัสดิ์ครับพี่น้องที่เคารพทุกท่าน

ถ้าให้ท่องกฎ 613 ข้อ มันเพื่อที่จะรักพระเยโฮไปไหม?

ดังนั้น เรามาใช้ทางลัดฉบับคนเวลาน้อย: รวบรวมเหลือ 2 ข้อด้วยอาวุธลับ 2-in-1

พี่น้องเวลาที่เรตื่นเข้ามาพบเช็คเง็กเดือนในมือถือ เปิดดู สิ่งที่ต้องทำแต่ละวันกองเป็นภูเขา และพยายามเป็นคนที่ดีพอตามมาตรฐานสังคม พลังงานชีวิตก็แทบจะติดลบ ตั้งแต่เก้าโมงเช้าแล้ว โดยเฉพาะวันจันทร์ **คุณนี่อะไร ๆ ก็เร่งรีบไปหมด** กฎเกณฑ์รอบตัวก็เยอะ พอถึงชวนตั้งคำถามว่า **“ในบรรดาสิ่งที่ต้องทำทั้งหมดนี้ อะไรคือหัวใจสำคัญที่สุดที่เราต้องใส่ใจจริง ๆ ?”**

THE 613 MITZVOT		ธรรมเนียมปฏิบัติ 613 ข้อ	
		365 - อย่าทำ	248 - จงทำ
1. G-d	พระเจ้า	15. Sabbatical & Jubilee	วันสะบาโต และ การเฉลิมฉลอง
2. Torah	โตราห์	16. Court	ศาล
3. Signs & Symbols	หมายสำคัญ และ สัญลักษณ์	17. Injuries & Damages	การบาดเจ็บและความเสียหาย
4. Prayer & Blessings	การอธิษฐาน และ การอวยพร	18. Property	ทรัพย์สิน
5. Love & Brotherhood	ความรัก และ พี่น้อง	19. Criminal Laws	กฎหมายอาญา
6. The Poor	คนยากจน	20. Punishment & Restitution	การลงโทษและการชดเชย
7. Gentiles	คนต่างชาติ	21. Prophecy	คำพยากรณ์
8. Family	ครอบครัว	22. Idolatry	การบูชารูปเคารพ
9. Forbidden Sex	เพศที่ต้องห้าม	23. Agriculture	การเกษตร
10. Times	เวลา-ฤดูกาล	24. Clothing	การแต่งกาย
11. Dietary Laws	กฎหมายเกี่ยวกับอาหาร	25. The Firstborn	ลูกคนหัวปี
12. Business Practices	แนวทางปฏิบัติทางธุรกิจ	26. Priests & Levites	ปุโรหิต และ เลวี
13. Employees	คนงาน	27. Tithes & Taxes	สิบลด และ ภาษี
14. Vows	คำสาบาน	28. The Temple	พระวิหาร
		29. Sacrifices & Offerings	การเสียสละ และการถวาย
		30. Ritual Purity	พิธีบริสุทธิ์
		31. Leprosy	โรคเรื้อน
		32. The King	กษัตริย์
		33. Nazarites	นาซาร์
		34. Wars	สงคราม

ถ้าเรารู้สึกเหนื่อยกับเรื่องนี้ สบายใจได้เลยว่า เราไม่ใช่คนแรก เพราะเมื่อสองพันกว่าปีก่อน ชาวยิวและพวกฟาริสี ก็ต้องปวดหัว กับธรรมเนียมปฏิบัติในคัมภีร์ที่มีมากถึง 613 ข้อ แบ่งเป็น **“สิ่งที่ต้องทำ”** 248 ข้อ และ **“สิ่งห้ามทำ”** อีก 365 ข้อ วันหนึ่งจึงมีคนเดินไปตามลองภูมิพระเยซูเจ้าตรง ๆ ว่า **“กฎข้อไหนสำคัญที่สุด?”** กะว่าจะให้เลือกมาสักข้อสองข้อ เพื่อง่ายต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง

แต่คำตอบที่ได้กลับทำให้ทุกคนอ้าปากค้าง เพราะพระองค์ไม่ได้เลือกข้อใดข้อหนึ่งจาก 613 ข้อแบบสุ่ม ๆ แต่ทรงรวบตีความซับซ้อนทั้งหมดมาให้เหลือเพียง 2 ข้อ ที่เป็นแก่นแท้ คือ **1 ท่านจะต้องรักองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่านสุดจิตใจ สุดวิญญาณ สุดสติปัญญาของท่าน 2 ท่านต้องรักเพื่อนมนุษย์เหมือนตนเอง**



“อาวุธลับ” ของคนยุ่ง : ปลดล็อกความรักแบบ 2-in-1 โดยไม่ต้องเพิ่มเวลาในปฏิทิน ปัญหาคลาสสิกของชาวออฟฟิศและวัยรุ่นยุคนี้คือ **“ไม่มีเวลา”** แค่ทำงาน ทำโอที ทำการบ้าน ก็หมดวัน จะเอาเวลาที่ไหนไปทำกิจกรรมการทำบุญหรือช่วยเหลือสังคมได้ตลอดเวลา ?

ความง่ายของอาวุธลับที่ทำ 1 ได้ถึง 2 โดยไม่ต้องขยับปฏิทินนัดหมายแม้แต่นาทีเดียว นั่นคือ **“การอธิษฐานเพื่อคนอื่น”** และทำไมวิธีนี้ถึงเป็นทางลัดที่ทรงพลังที่สุด?

ได้รักพระเจ้า เพราะทุกครั้งที่เราอธิษฐาน คือการที่เราเปิดใจคุยและมอบความไว้วางใจให้พระองค์

ได้รักเพื่อนมนุษย์ เพราะจิตใจของเรากำลังนึกถึงเอาใจใส่ และส่งความปรารถนาดีไปให้คนอื่นอย่างแท้จริง

ดังนั้น ไม่ต้องจัดเวลานั่งสมาธิยาว ๆ ให้อย่างยาก แค่อัดข้อสั้น ๆ ของคนที่เราห่วงใย ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ แฟน เพื่อนร่วมงานที่กำลังเจองานหิน หรือแม้แต่คนที่กำลังลำบาก แล้วแปะโน้ตไว้ในจุดที่คุณต้องมองเห็นทุกวัน เช่น ติดไว้หน้ารถ เอาไว้ภาวนาเงียบ ๆ ตอนติดไฟแดง แปะไว้ข้างจอคอมพิวเตอร์ กดสวดในใจระหว่างรอไฟล์โหลด หรือโน้ตไว้ตรงอ่างล้างจาน หรือมุมซักผ้าตอนทำงานบ้าน **การส่งความปรารถนาดีผ่านการสวดอธิษฐาน คือ ความรักที่เรียบง่าย** แต่ทรงพลังและไม่กินพลังงานชีวิตเลยสักนิด

แต่ละวันอาจพบกฎเกณฑ์ในชีวิต อาจมีเป็นร้อยเป็นพันข้อ จนชวนเหนื่อยล้า แต่แก่นแท้ของชีวิตไม่ได้ซับซ้อนขนาดนั้น ก่อนจะปิดหน้านี้ไปลุยงานต่อ ลองหยุดหายใจเข้าลึก ๆ สักนิด แล้วทำคำคมมหาकाงเขนแล้วลองภาวนาดูว่า **“แม้ในวันที่ตารางชีวิตแน่นเอียดแบบนี้ ข้าแต่พระเจ้า ฉันขอภาวนาถึง.....เพื่อปกป้อง คู่ครอง ฯลฯ อาแมน”**

ขอพระเจ้าอวยพร

คุณพ่อวิวัฒน์ แก้วแหวน