



บทที่ 367

บทสวดวันปีใหม่ 2018

ข้าแต่พระเป็นเจ้า ลูกขอเขียนบทสวดบทนี้เป็นบทแรกสำหรับปี 2018 และลูกกำลังเขียนด้วยความสันติสุข ปิติสุข และ “ตื่นตื่นสุข” ในขณะที่เดียวกับที่ลูกขอถวายพระเกียรติแด่พระองค์ พระเจ้าข้า ☺

วันก่อนลูกอยู่ในกลุ่มเพื่อนๆ กำลังจะไปงานๆ หนึ่งด้วยกัน เพื่อนกลุ่มนี้ทราบประวัติของลูกดีว่าผ่านเรื่องราวอะไรมาบ้าง เพื่อนคนหนึ่งได้พูดขึ้นว่า เธอรู้สึกประหลาดใจที่ตั้งแต่รู้จักลูกมาราว 6 ปี เธอเห็นลูกเป็นคนร่าเริง มีความสุข เปี่ยมไปด้วยชีวิตชีวา และมีพลังวังชาทำอะไรต่อมิอะไรเยอะเยาะไปหมด ทั้งด้านธุรกิจ งานสังคม และแม้กระทั่งงานด้านศิลปะ เธอกล่าวต่อว่า เธอไม่เห็นร่องรอยของความทุกข์ที่ได้เกิดขึ้นกับชีวิตของลูกหลงเหลือในตัวลูกหรือแม้แต่บนใบหน้าเลย เป็นบางคนที่ไม่สามารถลืมความหลังอันเจ็บปวดได้ ก็ยังคงมีความขุ่นข้องหมองใจค้างคาใจ และจะโฉบจบใบหน้า แต่เธอเห็นหน้าตาของลูกผุดผ่องยิ้มแย้มมาตลอดตั้งแต่เธอได้รู้จักลูก เธอจึงสงสัยว่าลูกทำได้อย่างไร ลูกจึงเป็นคนมีความสุขเช่นนี้ได้ ทั้งๆ ที่ลูกต้องผ่านอะไรต่อมิอะไรมามากมายขนาดนั้น

ลูกยิ้มตอบเพียงประโยคเดียวที่เปิดการสนทนาอีกยาวเหยียดต่อมา “เพราะพี่ได้ค้นพบพระเจ้าค่ะ”

สำหรับคนไทยคนหนึ่งที่ได้รับราชการมาจนถึงชั้น C10 และไม่เคยมีโอกาสดำเนินเกี่ยวกับเรื่องพระเจ้าเลย ประโยคนี้ ประโยคเดียวทำให้เธอมีคำถามมากมายต่อมา ลูกค้นพบพระเจ้าได้อย่างไร และพระเจ้าทรงทำอะไร ลูกจึงสามารถมีความสุขทุกวันนี้โดยลืมเรื่องราวในอดีตได้หมด เธอรู้สึกประหลาดใจมาก

..... ลูกสรุปกับเธอว่า เมื่อลูกค้นพบพระเจ้าแล้ว ลูกมิได้หยุดแค่นั้น ลูกศึกษาต่อว่าพระเจ้าทรงสั่งสอนอะไรบ้างและที่สำคัญที่สุด ลูกพยายามดำรงชีวิตตามพระวาจาของพระเจ้าให้มากที่สุดที่จะทำได้ ผลก็คือ สิ่งที่เธอเห็นในตัวลูกนั้นแหละ

พอดีในโลกนี้กลุ่มของพวกเรามีคนไปลงข้อความหนึ่งว่ามหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดได้แนะนำการสร้างนิสัยแห่งความสุข 20 ประการไว้ ดังนี้

1. Be Grateful สำนึกบุญคุณคนที่ดีต่อเรา
2. Choose your friends wisely เลือกคบเพื่อนอย่างชาญฉลาด
3. Cultivate Compassion ให้ความเห็นอกเห็นใจแก่คนอื่น
4. Keep learning หมั่นเรียนรู้
5. Become a problem solver เป็นผู้รู้จักแก้ปัญหา
6. Do what you love ทำในสิ่งที่คุณรัก
7. Live in the present อยู่กับปัจจุบัน
8. Laugh often หัวเราะบ่อยๆ
9. Practice Forgiveness หมั่นฝึกการให้อภัย
10. Say thanks often รู้จักขอบคุณเสมอ
11. Create deeper connections สร้างความสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง
12. Keep your agreement รักษาสัญญา
13. Meditate ทำสมาธิ
14. Focus on what you are doing ตั้งมั่นในสิ่งที่กำลังทำ



15. Be optimistic มองโลกในแง่ดี
16. Love unconditionally รักอย่างไม่มีเงื่อนไข
17. Don't give up อย่ายอมแพ้
18. Do you best and then let it go ทำดีที่สุดแล้วอย่ายึดติด
19. Take care of yourself ดูแลตัวเอง
20. Give back to society ตอบแทนสังคม

ใช้แล้ว ลูกพูดกับเพื่อนคนนั้นต่อว่า มันน่าอัศจรรย์ใจมาก เพราะทั้ง 20 ข้อนี้ ลูกได้ทำและก็ยังปฏิบัติต่อเนื่องถึงปัจจุบัน และมากกว่าด้วยซ้ำ ซึ่งเป็นผลจากการปฏิบัติตามสิ่งที่พระเจ้าทรงสั่งสอนในพระคัมภีร์ ลูกจึงมีความสุขในหัวใจ ... จนแสดงออกมาทางใบหน้า แต่ว่าการที่จะปฏิบัติได้ในบางข้อนั้น ลูกต้องพยายามแล้วพยายามอีก เพราะไม่ใช่เป็นสิ่งที่จะปฏิบัติได้ง่ายๆ เลย แต่พระเจ้าทรงสั่งสอนให้พวกเรามนุษย์ทำ เราก็ต้องพยายามทำให้ได้ วันนี้ทำไม่ได้ พรุ่งนี้ลองใหม่ พรุ่งนี้ทำไม่ได้ อีกวันก็พยายามใหม่ ... จนวันหนึ่งก็ทำได้ ยกตัวอย่างการให้อภัย ลูกค้นพบว่า การให้อภัยศัตรูนั้นไม่ใช่เรื่องง่ายเลย แต่การให้อภัยผู้ที่เรารัก แต่กลับมาทรยศต่อความรักที่เรามีให้แก่เขานั้น เป็นสิ่งที่ทำยากกว่าร้อยเท่าพันเท่า แต่เมื่อเราสามารถให้อภัยได้แล้ว เราก็สามารถมีความสุขที่แท้จริงในใจได้ ☺

“ทำนองเมตตาต่อกัน มีใจเอ็นดูต่อกันและอภัยโทษให้กัน

เหมือนดังที่พระเจ้าทรงโปรดอภัยโทษให้แก่ท่านในพระคริสต์นั้น” เอเฟซัส 4:32

หากเราเห็นใครที่มีมากกว่าหรือมีชีวิตที่สุขสบายกว่าแล้วเราเกิดความอิจฉาในใจ หรือแม้แต่น้อยใจในใจ สิ่งที่เกิดขึ้นคือ เราจะเกิดความทุกข์ เปลี่ยนใหม่ ยามเราเห็นใครมีความสุขหรือมีอะไรต่อมิมืออะไรมากกว่าเรา เราดีใจกับเขา ชื่นชมในโชคชะตาที่ดีของเขา สิ่งที่เกิดขึ้นคือ ใจเราจะมีแต่ความชื่นชมยินดี ต่างกันราวฟ้ากับดิน ☺

กับสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต ถ้ามันเป็นอดีตที่เจ็บปวด แล้วเราก็เก็บแต่ความขมขื่นนั้นไว้ ไม่ปล่อยให้มันล่องลอยไป มัวแต่ยึดติดกับความเจ็บปวดนั้น ถามว่าแล้วเมื่อไรเราจะหายเจ็บปวดเล่า? เราไม่สามารถจะไปเปลี่ยนสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีตได้ แต่เราสามารถดำรงชีวิตให้มีความสุขในปัจจุบันและเพื่อเตรียมให้มือนาคที่ดีกว่านี้ได้ ถ้าเช่นนี้แล้ว ทำไมไม่ทำเล่า?

“ดังนั้น ถ้าผู้ใดอยู่ในพระคริสต์เจ้า ผู้นั้นก็เป็นสิ่งสร้างใหม่

สภาพเก่าผ่านพ้นไป สภาพใหม่เกิดขึ้นแล้ว” 2 โครินธ์ 5:17

“สิ่งของที่อยู่เบื้องหลังเสีย มุ่งสู่เบื้องหน้าอย่างสุดกำลัง” ฟิลิปปี 3:13

ชีวิตมนุษย์มันสั้นนัก เพราะพระเจ้าจะทรงเรียกกลับไปเมื่อไร เราไม่มีทางจะทราบได้ หากเราพยายามดำรงชีวิตเพื่อให้ใครก็ตามที่พบเรา รู้จักเรา เป็นเพื่อนเรา แล้วทำให้พวกเขาเห็นสัจธรรมในชีวิต เห็นคุณค่าของการเป็นมนุษย์มากขึ้น มีความสุขมากขึ้น ชีวิตของเราเองก็จะมีคุณค่ามากขึ้น ☺

ลูกพูดอยู่เสมอว่า ลูกพยายามดำรงชีวิตเพื่อให้คนเห็นพระคริสต์ในตัวลูก การที่มีความสุขบนใบหน้าจนทำให้ลูกสามารถประกาศข่าวดีแก่คนที่รู้จักลูกได้ จึงทำให้ลูกมีความสุขเพิ่มขึ้นอีก ☺

ในวันปีใหม่ 2018 นี้ ลูกจึงขอกราบทูลต่อพระองค์ว่า ลูกจะขอนำความสุขซึ่งลูกถือว่าเป็น “ตะลันต์” ที่พระองค์ประทานให้แก่ลูกไปต่อยอด เพื่อลูกจะสามารถนำ “ตะลันต์” นี้พร้อม “ตะลันต์อื่นๆ” ไปแบ่งปันให้กับทุกคนที่จะพบลูกและรู้จักลูกในปีนี้และในปีต่อๆ ไป พระเจ้าข้า

“เพราะผู้ที่้มามาก จะได้รับมากขึ้น และเขาจะมีเหลือเฟือ ...” มัทธิว 25:29

อาแมน

ลูกขอพร: อดคิดคนหนึ่ง

