

## ใช้เวลาจนเหนื่อย

>>> ใช้เวลาหมดไปกับมือถือ แต่ไม่มีเวลาที่จะอยู่กับพระเจ้าในตัวเรา <<<

เราหลายคนเคยพูดเคยเจอกับคำว่า **“ไม่มีเวลา”** บางครั้งเราก็รู้สึกท้อแท้ ๆ นี่มันเป็นเพียงข้ออ้าง เพื่อไม่อยากทำ หรือเพื่อหลีกเลี่ยงที่จะทำบางสิ่งบางอย่าง อีกอย่างหนึ่งก็คือ การไม่รู้จักรจัดการบริหารเวลาของตนเอง ปล่อยให้ไหลไปเรื่อย ๆ พอเวลาต้องทำแบบเป็นการเป็นงานก็บอกว่าไม่มีเวลาที่จะทำงานนี้เลย ใช่หรือไม่ **เวลาเป็นทรัพยากรที่ได้มาฟรี ๆ** แต่ก็มีอยู่อย่างจำกัดด้วยเช่นกัน ใช้แล้วหมดไป ไม่สามารถเก็บสะสมได้ ไม่สามารถซื้อหา ให้ยืมกันได้ เวลาที่มักจะยุติธรรมกับทุกคนเสมอ ทุกคนมีเวลาเท่ากันวันละ 24 ชั่วโมง แต่บางคนก็มักจะบ่นว่า **“ไม่มีเวลา”**



ในแต่ละวันหากลองนั่งไตร่ตรองพิจารณาดูจริง ๆ จัง ๆ หลายอย่างทำไปเพื่อ **“ฆ่าเวลา”** หรือ ไม่หลายสิ่งทำไปอย่างงั้น ๆ เพราะ **“ไม่มีเวลา”** สิ่งเหล่านี้ล้วนบ่งบอกถึงการใช้เวลาอย่างไม่ถูกต้อง เกิดผลเสียตามมา **บ่อยครั้งกว่าจะรู้ก็สายเกินไป** เอาเรื่องง่าย ๆ เลย เช่น

กว่าจะเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ก็ตอนที่เรานอนอยู่บนเตียงในโรงพยาบาล เพราะฉะนั้น เราต้องกระตือรือร้นรักษาเวลาและบริหารจัดการเวลาในฐานะเป็นทรัพยากรที่สำคัญ

เราจะรู้สึกว่า มีเวลาหรือไม่มีเวลานั้น ขึ้นอยู่กับว่า เราให้ความสำคัญกับชีวิตนี้อย่างไร ต้องเรียนรู้ที่จะแบ่งเวลาและเตรียมตัวให้พร้อมอย่างไร จัดสรรการพักผ่อน ให้เวลาอยู่กับตนเองมากขึ้นเพียงใด บางครั้งทำงานเหนื่อย **แต่ก็ตอบไม่ได้ว่าเหนื่อยไปเพื่ออะไรกันแน่???** เหนื่อยเพื่อ... ให้ได้เงินเดือน มีรายได้มาก ๆ เหนื่อยเพื่อ...จะได้เป็นที่รัก เพื่อ...จะได้เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง บางครั้งเหนื่อยสายตัวแทบขาด ทำงานไม่รู้จักเวลา ผลลัพธ์คือ **ร่างกายเจ็บ จิตใจป่วย** เพราะไม่ได้คาดหวังกับสิ่งที่ยอมรับเหนื่อย ที่สุดวันที่เหนื่อยล้าหมดเรี่ยวแรง มานั่งนิ่ง ๆ ปล่อยให้เวลาผ่านไปตามสายลม พอผัดหวังแรง ๆ เราก็คิดถึงใคร ไม่ออก ก็คิดถึงพระในวันแบบนี้แหละ จึงพบว่าแท้จริงแล้ว พระเจ้าอยู่กับเรา

เสมอ แม้แต่วันที่แสนเหนื่อยล้าที่ไม่มีใครเห็น... การได้พักผ่อนทำให้เราได้พบเจอในหลายสิ่งหลายอย่าง

แต่อีกนั่นแหละ **พักแบบมีคุณค่ากับการพักอย่างไร้ค่าก็ต่างกัน** บางทีเราหาเวลาพักเพื่อเสริมสร้างภูมิจิต ชาร์จใจให้มีพลังในวันเวลา การพักอย่างไร้ค่าเอาแต่นอนดู ๆ ใด ๆ มือถือหรือเอาแต่เที่ยวสนุกสนานทำลายร่างกายไปวัน ๆ และมาพร่ำบ่นว่าเหนื่อย เราก็จะกลายเป็นคนที่ไม่มีพัฒนาการด้านจิตวิญญาณ ทำให้ชีวิตไร้เป้าหมาย และมักเรียกร่องให้คนอื่นมาเห็นใจ พักแล้วพักอีกก็ไม่เพียงพอ แบบนี้พักพิงในพระเจ้ายังไม่เป็น เป็นการพักเพื่อตัวเองมากกว่า เราพักเพื่อใครตรงเป้าหมายว่า เราเกิดมาเพื่อทำความดี ถากถางหนทางไปสู่สวรรค์ หาเวลาทบทวนเป้าหมายของเราทุกวัน เราจะใช้เวลาอย่างมีประโยชน์และประสบความสำเร็จ



การพักผ่อนในพระเจ้าหาใช่การมาที่วัด การสวดภาวนาเพียงอย่างเดียว การได้พักผ่อนกับธรรมชาติ นั่นก็คือการได้อยู่พระเจ้าเช่นกัน **การพักผ่อนกับเพื่อนพี่น้องก็เป็นการพักผ่อนกับพระเจ้า เพราะพระเจ้าสถิตกับทุกคนอยู่แล้ว** ชีวิตมีเวลาทำงานก็ทำงานอย่างเต็มความสามารถ ใช้พระพรอย่างเต็มที่ และรู้จักหาเวลาพัก และพักผ่อนอย่างมีคุณค่า เพื่อเพิ่มพลัง เวลาไม่ใช่ฟรี แต่ก็มีวันหมดและหมดลงเมื่อไรก็ไม่มีใครรู้ล่วงหน้าเสียด้วย ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ อย่าได้ปล่อยทิ้งปล่อยขว้างแล้วมาบอกว่า “เหนื่อยกับการขว้างทิ้งวันเวลานั้น” เพราะนั่นไม่ใช่ภาระที่เราแบก แต่เราเป็นภาระให้คนรอบข้างแบกต่างหาก ....

คนข้างวัด

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