

ความสุขระหว่างทาง

ความสุขเกิดขึ้นระหว่างการเดินทาง หาได้อยู่ที่จุดหมายปลายทาง

คุณบอกกับตัวเองว่า เมื่อได้แต่งงานและมีลูก ชีวิตของคุณก็จะดีขึ้น แต่เมื่อมีลูกและลูกของคุณยังเล็กอยู่ คุณก็เกิดความรู้สึกว่า เมื่อเขาโตขึ้นเราคงมีความสุขและสบายขึ้น แต่เมื่อลูกโตขึ้น จนย่างเข้าสู่วัยรุ่น คุณกลับรู้สึกว่าไม่ได้ตั้งใจอีกครั้ง และเมื่อลูกๆ ผ่านพ้นช่วงวัยรุ่นไปได้ คุณก็คิดว่า คุณจะมีสุขมากขึ้น แต่คุณกลับบอกกับตัวเองอีกว่า จะรอให้ลูกๆ จัดการกับตัวเองให้เรียบร้อยดีเสียก่อน

บางครั้งคุณคิดว่า ถ้าคุณมีบ้าน มีรถ มีวันหยุดพักผ่อนนานๆ และเมื่อถึงวันเกษียณอายุการทำงาน ชีวิตของคุณจะมีความสุขมากที่สุด แต่เมื่อเกษียณแล้วทำไมถึงยังไม่มีความสุขสักที ความสุขของชีวิตอยู่ที่ไหนกัน

แท้จริงแล้ว **ความสุขของชีวิตอยู่ ณ ช่วงเวลาขณะนี้ ช่วงเวลาปัจจุบัน** ไม่ต้องรอให้ความสุขมาหาเราในอนาคต เราควรมีความสุข และพึงพอใจกับความสุขอยู่ในปัจจุบัน

ดังนั้นเป็นหน้าที่ของเราที่ต้องมีความสุขและพึงพอใจในการเดินทางบนถนนแห่งชีวิตนี้ มากกว่าที่จะรอให้ถึงจุดหมายปลายทางก่อน แล้วถึงจะมีความสุขได้ เริ่มหยุดพูดกับตัวเองเสียที่ว่า ถ้าฉันลดน้ำหนักได้สัก 5 กิโล ฉันถึงจะมีความสุข ถ้าผมได้เกิดเป็นลูกคนรวย ผมถึงจะมีความสุข ถ้าคุณหยุดพูดถึงสิ่งเหล่านี้ได้ ชีวิตของคุณก็จะมีความสุข และคุณจะรู้สึกพึงพอใจกับชีวิต

ลองตอบคำถามต่อไปนี้

1. บอกชื่อคน 3 คนที่รวยที่สุดในโลก
2. บอกชื่อนางงามจักรวาล 3 คนล่าสุด
3. บอกชื่อผู้ที่ได้รับรางวัลโนเบล 3 คนล่าสุด
4. บอกชื่อนักแสดงนำชาย 3 คนล่าสุดที่ได้รับรางวัลออสการ์

นึกไม่ออกใช่ไหม ไม่ใช่เรื่องแปลก ไม่มีใครหรอกที่จะจดจำคนเหล่านี้ได้ทั้งหมด คนที่ได้รับการยกย่องสรรเสริญก็ล้วนล้มหายตายจากไปตามกาลเวลา รางวัลต่างๆ เมื่อวางไว้นานก็ถูกฝุ่นจับ แม้แต่ผู้ชนะก็จะถูกลืมในไม่ช้า

จากนั้น ลองตอบคำถามต่อไปนี้

1. บอกชื่ออาจารย์ 3 ท่านที่เคยช่วยเหลือคุณในเรื่องการเรียน
2. บอกชื่อเพื่อน 3 คน ที่ช่วยเหลือคุณในยามที่คุณต้องการ
3. นึกถึงบุคคล 3 คน ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าคุณเป็นคนพิเศษ
4. บอกชื่อบุคคล 3 คนที่คุณอยากใช้เวลาด้วย

นึกออกง่ายกว่าใช่ไหม นั่นเป็นเพราะว่า คนที่มีความหมายต่อชีวิตคุณไม่ใช่คนที่ต้องเป็นที่สุด ไม่ได้มีเงินมากที่สุด ไม่ต้องได้รับรางวัลยิ่งใหญ่ที่สุด เพราะยังมีคนใกล้ตัวคุณอีกหลายคนที่ยังห่วงใยคุณและคอยดูแลคุณและเวลาที่มีอะไรเกิดขึ้น ก็จะคอยอยู่เคียงข้างคุณเสมอ นี่แหละคือความสุขระหว่างทาง

