



บทที่ 494

ความเหงา (Loneliness)

ข้าแต่พระเป็นเจ้า ในเดือนส.ค. 2024 ที่ผ่านมา มีศิลปินต่างชาติคนหนึ่งมาจัดนิทรรศการศิลปะทั้งภาพวาดและ
ปฏิมากรรมที่ประเทศไทย โดยมีชื่อของนิทรรศการว่า 'Beyond the Last Miles' เป็นนิทรรศการที่สื่อถึงการเดินทางของชีวิต
ที่เปล่าเปลี่ยวและบ่อยครั้งก็ดูเหมือนจะไร้จุดหมายปลายทางของมนุษย์

ศิลปินผู้นี้กล่าวว่าในโลกใบนี้มีผู้ที่มีชีวิตอยู่อย่างเดียวดาย ขณะที่ผู้คนจำนวนมากกำลังเดินบนท้องถนน เขา
เหล่านั้นต้องพยายามหาความพอใจในความเป็นสันโดษของพวกเขา บ้างต้องพยายามสร้างความเข้มแข็งให้กับตัวเอง งาน
ศิลปะของเขาบันทึกกระแสเวลาที่สามารถสร้างความอบอุ่นในใจ ความหวัง และความยืดหยุ่นให้กับผู้ที่มาชมงานศิลปะใน
นิทรรศการครั้งนี้

ความเหงาคืออะไร?

ในบทความหนึ่งที่ตีพิมพ์ในหนังสือพิมพ์ภาษาอังกฤษฉบับหนึ่งเป็นตัวเลขทางสถิติ ไม่ใช่ในโลกแห่งศิลปะแต่เป็น
ตัวเลขของผู้คนที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยความเหงาในประเทศที่ยังนับว่าเป็นประเทศมหาอำนาจของโลก ตัวเลขนี้จะใกล้เคียงกับของ
คนไทยหรือไม่ ลูกไม่ทราบ แต่บรรดานักสถิติไทยทั้งหลายอาจไม่เคยมีใครเห็นความสำคัญในการทำวิจัยในเรื่องนี้ ซึ่งดู
เหมือนจะเป็นเรื่องนามธรรมสำหรับคนไทยทั่วไป

บทความนี้กล่าวว่า 'ผู้ที่จบการศึกษาแต่ละระดับมัธยมจะใช้เวลาในที่สาธารณะเป็นต้นว่า ลานกีฬา งานอดิเรก งาน
ชุมชน ฯลฯ น้อยกว่าผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่านั้น

แต่ในเวลาเดียวกัน ก็มีตัวเลขที่น่าวิตกในวิถีชีวิตของผู้คนในปัจจุบัน ระหว่างปี 1990 – 2024 สถิติของผู้ที่จบ
ปริญญาตรีแต่ไม่มีเพื่อนสนิทเลยเพิ่มจาก 2% เป็น 10% ในขณะที่ผู้ที่จบแค่ชั้นมัธยมศึกษาที่ไม่มีเพื่อนสนิทเลยเพิ่มจาก 3%
เป็น 24% ซึ่งเป็นตัวเลขที่น่าเศร้าใจยิ่ง

ในขณะที่โลกเรากว้านใช้เจริญก้าวหน้าในด้านเทคโนโลยีในทุกๆ ด้าน ความเอื้ออาทร ความมีเอื้อโยในมวลมนุษย
ด้วยกันกลับถดถอยน้อยลงในทางเดินคนละขั้วกัน ในชีวิตของคนจำนวนไม่น้อยในทุกวันนี้ที่ต้องการความช่วยเหลือในเรื่อง
เล็กน้อยในการดำรงชีวิตประจำวัน เป็นต้นว่า ช่วยขับรถส่งตนไปพบแพทย์ ช่วยซื้ออาหารจากซูเปอร์มาร์เก็ต หรือให้ที่พัก
พิงในกรณีฉุกเฉิน แต่ก็หาความช่วยเหลือจากใครไม่ได้เลย ปรากฏว่าผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือมากที่สุดส่วนใหญ่คือผู้ที่จะ
หาคนมาช่วยดูแลไม่ได้มากที่สุด

ความรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งเป็นความรู้สึกที่บั่นทอนและด้อยค่าความเป็นมนุษย์ที่สุด และทุกวันนี้มีคนเป็นล้านๆ คนที่
ตกอยู่ภาวะแห่งความเหงา เขาเหล่านั้นรู้สึกเศร้าสร้อย โกรธ และจมปลัก

ความเหงาคืออะไร? ลูกขอถามอีกครั้งหนึ่ง

นักบุญเทเรซาแห่งกัลกัตตาเคยกล่าวไว้ว่า "Being unwanted, unloved, uncared for, forgotten by everybody, I
think that is a much greater hunger, a much greater poverty than the person who has nothing to eat."

ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยว่า "การอยู่ในสภาพของการไม่มีใครต้องการ ไม่มีใครรัก ไม่มีใครดูแล และถูกลืมโดยคนรอบ
ข้าง ฉันคิดว่านั้นคือ ความหิวโหย เป็นความยากจนมากกว่าผู้ที่ไม่มีอะไรรับประทานเสียอีก"

และนี่คือ ประโยคที่ลูกได้นำไปเป็นบทกล่าวนำบางครั้งในช่วงที่ลูกได้รับเชิญไปพูดที่



ต่างประเทศต่อเนื่อง

ลูกขอตอบคำถามที่ลูกถามเองถึงสองครั้งข้างบนนี้ว่า “ความเหงาคือความว่างเปล่าทางร่างกายภาพหรือด้านจิตใจที่ไม่ใช่เป็นทางเลือกของตัวเอง” เพราะสำหรับบางคนที่จะอยู่ตัวคนเดียว จะด้วยเหตุผลอะไรก็ได้แล้วแต่ การอยู่อย่างสันโดษคือความชอบ ไม่ใช่ความเหงา

แต่ลูกคิดว่าโดยสถิติแล้ว (ของลูกเอง พระเจ้าข้า 😊) มนุษย์โดยทั่วไป ส่วนใหญ่ไม่น่าจะชอบความเหงา ตอนยังเป็นหนุ่มเป็นสาวก็ต้องการมีเพื่อนฝูง เพื่อนสนิทมิตรสหาย อายุมากขึ้นก็ต้องการมีครอบครัวและเมื่อถึงวัยสูงอายุก็ต้องการให้มีลูกหลานอยู่ล้อมรอบ นั่นคือธรรมชาติของมนุษย์

ชีวิตของลูกเอง ตามที่ได้เขียนไว้ในหนังสือภูเขาลี้ลับได้ เป็นชีวิตที่ยิ่งกว่าบทประพันธ์ จากการเป็นนักบริหารระดับสูงในวัยเพียง 25 ปี ต้องกลายเป็นซึมเศร้าพเนจรในต่างแดนตัวคนเดียว ถามว่ารู้จักความเหงาไหม? คำตอบมันชัดเจนในตัวอยู่แล้ว

แล้วลูกก้าวข้ามความเหงา ความเปล่าเปลี่ยวได้อย่างไร

เป็นเวลานับสิบปีที่ลูกต้องพยายามรักษาแผลหัวใจของตนเองให้ได้ ลูกสวดภาวนา สวดส่ายประคำ พระองค์ก็ทรงเจียบ จนกระทั่งคืนที่ลูกตัดสินใจนำเทปเพลงในสมัยนั้นบรรจุลงในกล่อง ปิดด้วยเทปโดยรอบและบอกกับตัวเองว่า ต่อไปนี้จะไม่ฟังเทปเหล่านั้นอีกแล้ว และในคืนนั้นเอง ท่ามกลางความเจียบสงัดของห้อง ที่เจียบจนลูกเรียกว่าเจียบบแบบก้องกังวาน (deafening silence) ลูกก็หยิบพระคัมภีร์ขึ้นมาอ่านและอ่านด้วยความตั้งใจและอย่างค้นหา และจากทุกๆ คืน คืนแล้วคืนเล่าที่ลูกคิดมาตลอดว่าทำไมพระเจ้าไม่ทรงตอบลูกเลย และแล้วพระเจ้าก็ทรงตอบลูกอย่างพรั่งพรูต่อคำถามของลูกที่ถามพระองค์มาตลอดว่า ทำไมถึงเกิดเรื่องราวเช่นนั้นกับลูก ทั้งๆ ที่ลูกก็ประพฤติปฏิบัติตนในความดี ความถูกต้อง พระองค์ก็ทรงตอบว่า **“แต่เขาเกิดมาตาบอด เพื่อให้พระราชกิจปรากฏในตัวเขา” ยอห์น 9:3** และแต่ละคำถามต่อๆ มา พระองค์ก็ทรงตอบหมด

ลูกทูลถามพระองค์ผ่านคำสวดภาวนา พระองค์ทรงตอบลูกทุกอย่างผ่านพระวาจาของพระองค์ในพระคัมภีร์!

ลูกได้ค้นพบ “เพื่อนคู่คิด มิตรคู่จิตวิญญูณ” ที่อัศจรรย์ที่สุด พระองค์ไม่เคยทรงทอดทิ้งลูกเลย แม้แต่วินาทีเดียว เพราะลูกจะสวดภาวนาอธิษฐานต่อพระองค์ ทุกขณะที่สมองลูกว่าง ไม่นับการสวดส่ายประคำเป็นประจำทุกวัน ไม่ว่าระหว่างการทำฟันกับทันตแพทย์ การนั่งรถไปประชุมหรือไปงาน หรือแม้กระทั่งเวลาไปทำผมหรือทำเล็บ และในช่วงสั้นๆ ของทุกอย่างก้าวในชีวิตประจำวัน เช่นการขึ้นบันได ลูกจะร้องเพลงสั้นๆ ในใจว่า “ร้องอัลเลลูยา แต่พระเจ้า”

สำหรับลูกแล้ว การมีพระองค์ประทับอยู่ในใจลูกตลอดเวลา คือ แสงตะวันที่ขจัดไอหมอกแห่งความเหงาไปจนหมดสิ้น ร่างกายและจิตใจไม่มีช่องว่างที่จะให้ความเหงาเกาะเกี่ยวได้

**“ผู้ชอบธรรมย่อมเป็นสุข ... ชื่นชมในธรรมบัญญัติของพระยาห์เวห์
ท่องบทธรรมบัญญัติของพระองค์ทั้งวันทั้งคืน” สดุดี 1:1-2**

อาแมน

ลูกขอพระ: องค์คนแห่ง

www.vvsharefoundation.org

