

ชีวิต : เวลา คุณค่า และอิสรภาพ

Life : Time Value and Freedom

พระครูสิริสุตานุยุต (สมาน จนทรีสี. ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

saman2507@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์กระแสแห่งชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา จากการศึกษาวิเคราะห์พบว่า คำว่า “ชีวิต” ในมุมมองทางพระพุทธศาสนามี 2 องค์ประกอบ คือ รูปธรรมและนามธรรม มีสภาพเสมอกันทั้งในการเกิด การแก่ การเจ็บ และการตาย อันบ่งบอกถึงเวลาที่มนุษย์ควรมีการละเว้นความชั่ว มั่นทำ ความดี และทำจิตใจให้ผ่องใสควรปฏิบัติตามพระสัทธรรมให้ครบสมบูรณ์ทั้งด้านปริยัติธรรม และด้านปฏิบัติธรรม เป็นต้นเหตุแห่งคุณค่าที่แท้จริงมาซึ่งคุณค่าแท้ ได้แก่ คุณค่าที่สนองตอบความต้องการคุณภาพชีวิต จนสามารถหลุด ออกไปจากสิ่งร้อยรัดทั้งหลายเพราะบุคคลใดที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์หรือหลุดพ้นจากกองทุกข์แล้วไซ้บุคคลนั้นก็ ยังถือว่าเป็นนักโทษที่ต้องถูกจำคุกในวัฏฏะสงสาร

คำสำคัญ: ชีวิต, เวลา, คุณค่า, และอิสรภาพ.

Abstract

This article aims to analyze the flow of life according to Buddhist principles. The study found that the word "life" in the view of Buddhism has two elements. namely. the physical and the abstract. There is a constant condition in both the occurrence of pain and death. which indicates the time when human beings should abstain from wickedness. do good deeds and make the mind clear. And Dhamma, The value of the true value is the value that meets the quality of life. It can be out of the hundreds of straps because any person who is not a saint or release from the troop then he is still considered a prisoner to be imprisoned in the path of pity.

Keyword : Life, time, value, and freedom.

บทนำ

การดำเนินชีวิตนั้น เริ่มต้นด้วยการค้นหาตัวตนว่ามาจากที่ใด และมีจุดหมายปลายทางที่ใด ซึ่งมุมมองที่ค้นพบบางครั้งก็เป็นจริง บางครั้งก็ลวงเลื่อน บางครั้งแทบไม่มีอนาคต ในทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการค้นหาตนเองดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้จุดประกายความคิดของสหายภิกษุวัคคีย์ 30 คน ให้เปลี่ยนจากการค้นหาคนอื่นมาเป็นแสวงหาตนเอง (วิ.ม. (ไทย) 4/36/45) เพราะว่าเวลาของเรามีไม่มากในโลกใบนี้ ทั้งที่ในโลกนี้แต่ละวันมี 24 ชั่วโมงเหมือนกัน แต่เวลาที่ถูกรู้ใช้ของแต่ละคนเกิดคุณค่าแตกต่างกัน บางคนใช้เวลาไปในทางที่ผิด

บางปล่อยเวลาให้เสียเปล่า แต่บางคนพยายามสร้างคุณค่าให้เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่อยู่บนโลก แต่เพราะเรายังไม่เข้าใจชีวิตจึงมองไม่เห็นว่าจะอะไรคือสาระ และอะไรคือไร้สาระ อะไรคือเป้าหมาย และอะไรคือความประมาทการศึกษาจึงเข้ามามีบทบาทในการค้นหาความจริงเหล่านั้น ซึ่งเราโชคดีที่เกิดมาและมีลมหายใจอยู่ในยุคสมัยของพระสมณโคตมพุทธเจ้าและยังมีโอกาสได้ศึกษาหลักธรรมที่พระองค์ตรัสไว้นานานมากกว่า 2,600 ปี นอกจากนี้ยังมีความโชคดีที่เราสามารถนำธรรมะที่ได้ศึกษานั้นไปปฏิบัติได้จริงให้เกิดคุณค่าแม้จะใช้หลักธรรมเพียงข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้งหมดก็มีผลทำให้ผู้ปฏิบัติอย่างน้อยมีอุปนิสัยในการบรรลุธรรมขั้นสูงมีอิสรภาพในภพนี้หรือในภพต่อไป

การค้นหาคำตอบเกี่ยวกับชีวิตจึงดำเนินไปพร้อมกับการใช้ชีวิตในบางเวลาอาจจะต้องศึกษาปริยัติธรรมก่อนแล้วค่อยปฏิบัติแต่ในบางขณะอาจจะต้องปฏิบัติก่อนแล้วค่อยตรวจสอบว่าเป็นไปตามหลักการหรือหลักธรรมหรือไม่ถ้าเป็นไปตามหลักการนั้นย่อมจะสนับสนุน ส่งเสริม หรือก่อให้เกิดความดีทวีคูณ และทำลายล้างกิเลสเครื่องเศร้าหมองหรือคุกคามอิสรภาพได้ ชีวิตจึงเป็นเรื่องที่นำศึกษา เวลาเป็นเรื่องที่เราต้องจัดการ คุณค่าที่เราต้องประสานและบันดาลให้เกิดประโยชน์เพื่อจุดหมายปลายทางคืออิสรภาพแห่งจิตใจ

ชีวิต (Life)

“ชีวิต” ในมุมมองทางพระพุทธศาสนามี 2 องค์ประกอบ คือ รูปธรรมและนามธรรม หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าเป็นขั้น 5 ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ องค์ประกอบเหล่านี้มีความเกี่ยวเนื่องด้วยลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เกี่ยวเนื่องด้วยมหาภูตรูป (ธาตุ 4) ได้แก่ ดิน น้ำ ไฟ ลม เกี่ยวเนื่องด้วยอาหารที่กลืนกิน เกี่ยวเนื่องด้วยวิญญาณ (ขุ.ม. (ไทย) 29/10/52) และมีสภาพเสมอกันทั้งในการเกิด การแก่ การเจ็บ และการตาย อันเป็นกฎธรรมดา นอกจากนี้ชีวิตยังอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ซึ่งลักษณะเหล่านี้แสดงไว้ในพระไตรปิฎกเพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้เห็นถึงเส้นทางที่นำมาสู่ความมีชีวิตที่สมบูรณ์ แต่มนุษย์ส่วนมากก็ยังมีคำถามว่า “ชีวิตคืออะไร” และน่าแปลกที่คำถามนี้โดยมากจะเกิดขึ้นกับมนุษย์ผู้ได้ประสบกับความทุกข์ และพยายามค้นหาคำตอบเพื่อแก้ไขหรือหลุดพ้นจากความทุกข์นั้นให้กับตัวเอง แม้บางคนจะพยายามทำเป็นไม่สนใจในประเด็นนี้ แต่ส่วนลึกของหัวใจก็ยังตั้งคำถามอยู่อย่างนั้นเพราะชีวิตเป็นเรื่องใกล้ตัวเรา ถ้าเรายังไม่สามารถหาคำตอบเกี่ยวกับชีวิตได้ก็ดูเหมือนว่าชีวิตนี้ยังมีบอด หรือถ้าเราไม่รู้จักชีวิตแล้วเราจะใช้ชีวิตได้อย่างไร ดังนั้นมนุษย์จึงพยายามค้นหาความหมายของชีวิตที่มีอยู่

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ได้ให้ความหมายของชีวิตว่า “ชีวิต คือ ความเป็นอยู่ ตรงกันข้ามกับความตาย” (ราชบัณฑิตยสถาน. 2556) เช่นเดียวกันกับความหมายตามพจนานุกรมของมหาวิทยาลัยออกฟอร์ด ว่า “ชีวิต (Life) คือ ความสามารถที่จะหายใจ เติบโต สืบพันธุ์ ของมนุษย์ สัตว์และพืช ซึ่งเขาเหล่านั้นมีชีวิตก่อนที่จะตาย ส่วนวัตถุสิ่งของถือว่าไม่มีชีวิต” (Sally Wehmeier and others. 2005 : 886) ในขณะที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) มีความเห็นตรงกับความหมายของชีวิตในฐานะการรวมตัวของขั้น 5 และแดนรับรู้สภาวะเสพสวโยโลก คือ อายตนะภายใน 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). 2538 : 15) ซึ่งลักษณะของชีวิตนั้นเป็นเอกเทศในแต่คนไม่สับสนปนเปกัน และทุกคนมีสิทธิและ

เสรีภาพในชีวิตของตนเหมือนความในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550 หมวด 3 ว่าด้วยสิทธิและเสรีภาพของชนชาวไทย ระบุไว้ในวรรคหนึ่งความว่า “บุคคลย่อมมีสิทธิและเสรีภาพในชีวิตและร่างกาย” (รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550)บุคคลอื่นจะล่วงละเมิดมิได้ดังนั้นชีวิตที่มีอยู่จะไม่สามารถแยกออกจากร่างกายเพราะถ้าแยกจากกันแล้วก็จะกลายเป็นเพียงธาตุ 4 ที่ไม่มีใจครอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของท่านพุทธทาสภิกขุ ที่กล่าวไว้ว่า ชีวิตมี 2 ประการ คือ ชีวิตฝ่ายวัตถุกับชีวิตฝ่ายวิญญาณ (พุทธทาสภิกขุ. 2557 : 61) นอกจากนี้ในมุมมองของนักปรัชญาได้ตั้งคำถามไว้มากมายเกี่ยวกับชีวิตและพยายามค้นหาคำตอบ เช่น ชีวิตเกิดขึ้นได้อย่างไร ชีวิตขึ้นอยู่กับอะไร ชีวิตดำเนินไปอย่างไร ชีวิตมีเป้าหมายอย่างไร เป็นต้น (Terry Eagleton. 2007 : 135-175)

ความหมายของชีวิตข้างต้นส่วนมากจะกล่าวถึงสภาพที่เกิดขึ้นเป็นตัณมุขแล้ว แต่ในความเป็นจริงชีวิตเกิดขึ้นตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดาและมีความสัมพันธ์กับบิดาโดยมีองค์ประกอบแห่งการเกิดเป็นชีวิตในครรภ์ 3 ประการ ได้แก่ มารดาบิดาอยู่ร่วมกัน มารดามีระดู และคันธัพพะหรือสัตว์ที่พร้อมจะมากเกิดเป็นมนุษย์ก็ปรากฏ จึงจะเกิดเป็นชีวิต” (ม.ม. (ไทย) 12/408/444) ถ้าขาดองค์ประกอบข้อใดข้อหนึ่งแล้วชีวิตก็ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ เมื่อชีวิตเกิดขึ้นในครรภ์แล้วเราเรียกว่า “ทารก” มีพัฒนาการเป็น “กลละ” ก่อนจากกลละเกิดเป็น “อัมพุทะ” จากอัมพุทะเกิดเป็น “เปสิ” (ชิ้นเนื้อเล็ก) จากเปสิเกิดเป็น “ขณะ” (เป็นก้อน) จากขณะเกิดเป็น “ปัญจสาขา” (ปุม 5 ปุม) ต่อจากนั้นผม ขนและเล็บ จึงเกิดขึ้น” (ส.ส. (ไทย) 15/235/337)

เมื่อครบกำหนด 9 เดือน หรือ 10 เดือน เด็กจึงคลอดออกมาเป็นตัณมุขมีชีวิตที่ประกอบด้วยองค์ประกอบแห่งชีวิต 3 ประการ คือ (1) อายุ (2) โออุณ และ (3) วิญญาณ (ข.ป.อ. 2/232/201) ถ้าแม้ว่าขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ถือว่าชีวิตนั้นได้ขาดไป ดังนั้น “การได้เกิดเป็นมนุษย์ก็นับว่ายาก การดำเนินชีวิตของเหล่าสัตว์ก็นับว่ายาก การได้ฟังพระสัทธรรมก็นับว่ายาก การที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายจะอุบัติขึ้นก็ยิ่งยาก” (ข.ธ. (ไทย) 25/182/90.) อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าการเกิดเป็นมนุษย์จะยาก แต่ปัจจุบันประชากรของโลกยังเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องไม่มีทีท่าว่าจะลดลง และคงจะห้ามไม่ให้เกิดได้ยากเช่นกัน ดังนั้น สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือเมื่อเกิดมาแล้วควรปฏิบัติตนอย่างไร ดังที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวว่า “เมื่อเกิดมาแล้วต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี เริ่มตั้งแต่เป็นอยู่ให้รอด คือ ให้มีชีวิตรอด แต่แค่รอดคงไม่พอ ต้องพยายามเป็นอยู่ให้ดี โดยการศึกษาเรียนรู้” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). 2556 : 3) ถ้ายังไม่มีชีวิตชัดเจนในชีวิต การศึกษาเรียนรู้จึงเป็นทางออกเพื่อการค้นหาเส้นทางที่ถูกที่ควรและสามารถดำเนินไปด้วยดีมีสุขดีกว่าก่อนที่จะตายหรือจากโลกนี้ไป แม้ว่าจะไม่รู้ว่าจะตายจากโลกนี้ไปเมื่อไหร่ แต่ถ้าเรารู้จักชีวิตว่า “เวลานี้เรายังมีชีวิต เรายังหายใจ และเรามีสิทธิในชีวิต ในลมหายใจ มีสิทธิในการใช้เวลาเท่าเทียมกัน” ก็ควรใช้เวลาให้มีคุณค่าและหายใจให้มีคุณภาพเพื่อประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม

เวลา (Time)

หัวใจพระพุทธศาสนาคือการละเว้นความชั่ว มั่นทำความดี และทำจิตใจให้ผ่องใส ในฐานะบริษัท 4 พระสงฆ์ควรปฏิบัติตามพระสัทธรรมให้ครบสมบูรณ์ทั้งด้านปริยัติธรรม (คันถธุระ) และด้านปฏิบัติธรรม (วิปัสสนาธุระ) ในขณะที่อุบาสกอุบาสิกามีหน้าที่ในการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาและควรหมั่นบำเพ็ญบุญกิริยาวัตถุ คือ การให้ทาน การรักษาศีล และการเจริญจิตภาวนา แต่มีหลายคนที่ยพยายามสร้างข้อโต้แย้งว่า “งานยุ่ง ไม่มีเวลา” ในเรื่องนี้พระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท) ได้ถามคนเหล่านั้นว่า “มีเวลาหายใจหรือไม่” ซึ่งคำตอบปรากฏว่า “ทุกคนมีเวลาหายใจ เพราะถ้าไม่หายใจก็คือตาย” ดังนั้น พระมหาเถระจึงสอนต่อไปว่า “ตราบใดที่เรามีลมหายใจ เราก็มีเวลาในการปฏิบัติ” ข้อโต้แย้งเรื่องไม่มีเวลาจึงเป็นเพียงข้ออ้างเท่านั้น

เงื่อนไขของเวลาที่ใช้เป็นข้ออ้างอีกอย่างคือ “ตอนนี้ยังไม่ใช่เวลาปฏิบัติธรรมหรือเข้าวัด” โดยให้เหตุผลว่า “ตอนนี้ฉันยังหนุ่ม ยังสาว ยังเที่ยวไม่เต็มอิ่ม ยังไม่รวย ยังไม่พร้อม เอาไว้ฉันเป็นคนแก่คนเฒ่าแล้วค่อยไปวัดและปฏิบัติธรรมก็แล้วกัน” ซึ่งในความเป็นจริงแล้วคนเหล่านั้นยังไม่รู้ด้วยซ้ำว่า แท้จริงเวลาชีวิตของเราจะอยู่รอดได้นานเพียงใด เพราะชีวิตนั้นยาวสั้นไม่เท่ากัน บางคนตายตั้งแต่ยังไม่คลอดจากครรภ์ บางคนตายตั้งแต่เวลายังเป็นเด็ก บางคนตายตั้งแต่ยังเป็นหนุ่ม เมื่อเป็นเช่นนี้การกำหนดเวลาว่าจะทำความดีในเวลาตอนแก่เฒ่า ย่อมจะเป็นความประมาทในชีวิตอย่างน่าสงสาร ดังนั้น เราควรใช้เวลาบำเพ็ญบุญและปฏิบัติธรรมให้ได้ทุกขณะที่เราหายใจอยู่ เหมือนอย่างนายสตีฟ จ๊อบ (Steve Jobs) ได้กล่าวสุนทรพจน์ในพิธีจบการศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด ในปี 2548 ว่า “ตลอด 33 ปี ที่ผ่านมา ผมมองดูกระจกในทุกๆ เช้า เผื่อถามตัวเองว่า ถ้าวันนี้เป็นวันสุดท้ายของชีวิต ผมยังจะอยากทำสิ่งที่ผมกำลังจะทำในวันนี้หรือเปล่า” ซึ่งคำกล่าวนั้นเป็นการกระตุ้นตัวเองเสมอว่า “เวลาของคุณมีจำกัด” เมื่อเรารู้อยู่เสมอทุกลมหายใจ เราจะไม่ต้องกังวลในอนาคตว่าความตายจะมาเมื่อไหร่

แต่ก็ยังมีความไม่น้อยที่ดังคำถามในใจว่า “เราจะตายเมื่อไหร่” ทั้งที่เราอยู่แล้ว “เราทุกคนต้องตายแน่นอน” เพียงแต่เราไม่รู้ “เราจะตายเมื่อไหร่” และ “ทำไมเราต้องตาย” คำถามเหล่านี้เคยเกิดขึ้นกับเจ้าชายสิทธัตถะ เมื่อครั้งเสด็จประพาสต้นและทอดพระเนตรเห็นคนกำลังหามศพไปทิ้งในป่าช้า จากเหตุการณ์ครั้งนั้นนำไปสู่การเสด็จออกจากพระราชวังเพื่อค้นหาคำตอบ ซึ่งพระองค์ใช้เวลาถึง 6 พรรษา จึงทรงสามารถค้นพบคำตอบนั้น และเพราะอาศัยพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์จึงทรงแบ่งปันองค์ความรู้ชั้นสูงที่ค้นพบให้กับเหล่าปญฺจวัคคีย์ คือ พระโกณฑัญญะ พระวชิระ พระภัททิยะ พระมหานามะ และพระอัสสชิ

พระอัญญาโกณฑัญญะเป็นสาวกรูปแรกที่ได้ดวงตาเห็นธรรมเป็นสักขีพยานในการตรัสรู้ของพระพุทธองค์ จากนั้นถึงวันนี้พระพุทธศาสนาแผ่ขยายไปทั่วโลก แต่สิ่งที่พุทธศาสนิกชนไม่ควรลืมคือปัจฉิมโอวาทที่พระพุทธองค์ตรัสก่อนจะปรินิพพานอันมีนัยสำคัญเกี่ยวกับเวลาว่า “หนทานิ ภิกขเว อามนตยา มิ วายธมาสงฆารอ ปุปปมาเทน สมปาเทถ” แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังฆารทั้งหลายมีความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” (ที.ม. (ไทย) 10/218/166) ดังนั้น ความไม่

ประมาทจึงเป็นความพยายามในการใช้เวลาชีวิตและเป็นหลักธรรมที่ต้องเกิดพร้อมกับสติสัมปชัญญะตลอดเวลาไม่
เผลอเลอหรือหลงมกมายในมายาของกิเลสตัณหา

สตินั้นแปลว่าความระลึกได้หรือรู้ตัวทั่วพร้อมในฐาน 4 ฐาน เรียกว่า สติปัฏฐาน คือ การตามระลึกเห็น
ได้ในกาย (กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน) การตามระลึกเห็นได้ในเวทนา(เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน) การตามระลึกเห็น
ได้ในจิต (จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน) และการตามระลึกเห็นได้ในเรื่องธรรม (ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ซึ่งสติปัฏ
ฐานนี้เป็นกระบวนการบริหารเวลาแบบขั้นสูงด้วยการภาวนาทางจิตให้เห็นตามสภาพความเป็นจริงในทุกขณะเวลา
ยิ่งเจริญสติมากเท่าไรย่อมจะมีผลที่ละเอียดอ่อนมากขึ้นตามลำดับ เปรียบเหมือนการทำธุรกิจที่ลงทุนต่ำแต่ได้กำไร
มากและเพิ่มพูนขึ้นเรื่อยๆ

ในทางโลก (โลกียะ) เวลาตามมาตรฐานสากล คือ 60 นาทีเป็น 1 ชั่วโมง 24 ชั่วโมงเป็น 1 วัน
สำหรับมนุษย์แล้วไม่ว่าใครจะสมนาฬิกาหยี่ห้อหรูราคาแพงเพียงใด ทุกคนต่างมีเวลาเท่ากันเพียงแต่ว่าจะช้าหรือ
เร็วขึ้นอยู่กับภูมิภาคที่ถูกกำหนดไว้ และแม้ว่ามนุษย์เราจะมีเวลาที่ชัดเจนสำหรับบอกโมงยามในแต่ละวัน แต่เมื่อ
ถามถึงเวลาชีวิตแล้ว ไม่มีใครสามารถระบุได้ว่าจะหมดลงเมื่อไหร่หรือสิ้นสุดลงเมื่อใด ถึงกระนั้นคนส่วนมากก็ยัง
มองไม่เห็นความสำคัญของเวลา ปล่อยให้มันผ่านไปอย่างเปล่าประโยชน์ เรียกคืนไม่ได้หรือขอให้ย้อนกลับมาก็ไม่ได้
ทำให้บางคนเสียโอกาสในบางสิ่งแล้วจึงได้นึกถึงคุณค่าของเวลา

คุณค่าของเวลานั้นมีความสำคัญสำหรับมนุษย์ดังตัวอย่างเช่น

ถ้าอยากรู้ว่า เวลา 4 ปี มีค่าขนาดไหน ให้ไปถามนิสิตนักศึกษาที่เพิ่งรับปริญญาจากมหาวิทยาลัย

ถ้าอยากรู้ว่า เวลา 1 ปี มีค่าขนาดไหน ให้ไปถามนักเรียนที่สอบไล่ตก

ถ้าอยากรู้ว่า เวลา 1 ชั่วโมง มีค่าขนาดไหน ให้ไปถามคนที่รอพบกัน

ถ้าอยากรู้ว่า เวลา 1 นาที มีค่าขนาดไหน ให้ไปถามคนที่พลาดรถไฟ รถประจำทาง หรือเครื่องบิน ถ้า
อยากรู้ว่า เวลา 1 วินาที มีค่าขนาดไหน ให้ไปถามคนที่รอดตายจากอุบัติเหตุอย่างหวุดหวิด

ถ้าอยากรู้ว่าเวลาเสียวินาทีมีค่าขนาดไหน ให้ไปถามนักกีฬาโอลิมปิกที่ได้เหรียญเงิน

ทางพระพุทธศาสนาแบ่งเวลาออกเป็น 3 กลุ่มคือ เวลาอดีต เวลาปัจจุบัน และเวลาอนาคต ในบรรดา
เวลาเหล่านั้น เวลาปัจจุบันสำคัญที่สุด ดังคาถาในภัทเทกรัตตสูตร แห่งมัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ว่า

“...บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วันนี้ที่เดียว
ใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้
เพราะว่าความผัดเผ็ดกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้น
ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย...” (ม.อ. (ไทย) 14/272/319)

คุณค่า (Value)

เมื่อกล่าวถึงคุณค่า ต้องทำความเข้าใจก่อนว่า หมายถึงความรู้สึกนึกคิดของมนุษย์ที่ให้คุณค่าให้ราคาต่อสิ่งต่างๆ ซึ่งอาจจะเทียบเคียงด้วยวัตถุสิ่งของหรือเงินทอง ของมีค่าอื่นๆ คุณค่านี้อีกนัยหนึ่งคือทัศนคติที่เป็นบวกต่อบุคคล พฤติกรรม หรือสิ่งต่างๆ เช่น การวัดระดับคุณค่าของคนด้วยผลของงาน ดังคำกล่าวที่ว่า “ค่าของคนอยู่ที่ผลของงาน” หรือค่าของคนอยู่ที่ความสวยงาม เป็นต้น ในส่วนของสิ่งของบางอย่างมีราคาแพง บางอย่างมีราคาถูกขึ้นอยู่กับการต้องการของผู้ซื้อหรือผู้บริโภค หรือขึ้นอยู่กับความยากง่าย ความหายากหรือละเอียดของสิ่งนั้น หรือขึ้นอยู่กับการจำนวนที่มี แต่เมื่อมองให้ลึกลงไปว่า ชีวิตเรานั้นมีมาตรฐานการให้คุณค่าที่ต่างกันขึ้นอยู่กับการมีหลังทางสังคมหรือสภาพแวดล้อม แต่บางครั้งการตีค่าหรือให้ระดับคุณค่าในบางสิ่งบางอย่างอาจจะผิดเพี้ยนไปเพราะปัจจัยแทรกซ้อนบางอย่าง เช่น ความไม่รู้ ความไม่เข้าใจ จึงทำให้คนถูกภาพมายาหลอกได้ง่ายจนเข้าใจผิด

ในทางจิตวิทยา “การมองไม่เห็นค่าของตัวเอง (Regression)” ถือว่าเป็นความถดถอยของจิต จนบางครั้งเกิดความรังเกียจในตัวเอง เช่น ไม่ชอบร่างกาย รูปลักษณะที่เกิดติดตัวมาแต่กำเนิด ไม่ชอบความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตใจ เมื่อมนุษย์ลดทอนคุณค่าของตนเองและเกิดความถดถอยบ่อยๆ จึงพยายามสร้างกลไกการปกป้องจิต (Defend mechanism) หรือกดทับทัศนคติเหล่านั้นไว้ครั้งแล้วครั้งเล่า (อาจินกรรม) จนทำให้เกิดความตึงเครียด (Anxiety) และมีแรงกดดันมากขึ้น ส่งผลให้เกิดโรคร้ายแรงที่กำลังระบอบอย่างหนักอยู่ในขณะนี้ เช่น โรคจิตวิปริต โรคอัลไซเมอร์ โรคซึมเศร้า เป็นต้น สอดคล้องกับพระพุทธศาสนาที่มองว่าความตึงเครียดนั้นคือความทุกข์ (ทุกขอริยสัจ) ซึ่งเกิดได้ทั้งจากการกระทบกันระหว่างปัจจัยทั้งภายนอกคือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และปัจจัยภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สร้างสัมผัส (ผัสสะ) และเกิดความรู้สึก (เวทนา) 2 ชั้น ได้แก่ ความรู้สึกชอบ (อิฏฐารมณ์) และความรู้สึกไม่ชอบ (อนิฏฐารมณ์) นำไปสู่การตีค่าความรู้สึกนั้นด้วยอำนาจกิเลสโดยการให้คุณค่าต่อสิ่งที่ตนรู้สึกชอบว่ามีราคาแพงและให้คุณค่าในสิ่งที่ตนไม่ชอบว่าไม่มีราคาหรือราคาน้อย แต่บางครั้งการให้คุณค่าอาจจะเกิดจากประสบการณ์หรือความจำได้หมายรู้ (สัญญา) ในอดีต ซึ่งบางคนมีอุปนิสัยหรือมีพฤติกรรมต่างกัน (จริต) จึงให้คุณค่าแต่ละอย่างแตกต่างกัน บางคนชอบแบบหนึ่ง ไม่ชอบอีกแบบหนึ่ง ในขณะที่อีกคนหนึ่งชอบในสิ่งที่อีกคนหนึ่งไม่ชอบก็มี เกิดเป็นรสนิยมหรือค่านิยมเฉพาะบุคคลไป เช่น ค่านิยมตั้งแต่อดีตที่ปลูกฝังให้เยาวชนเรียนให้สูงๆ จะได้เป็นเจ้านายคน หรือจะได้มีเงินมีทองร่ำรวย ซึ่งสร้างแรงกดดันให้เกิดกับนักเรียนในขณะที่เรียนและเมื่อเรียนจบแล้วยังมีการแข่งขันของบัณฑิตที่ต่างพยายามสอบแข่งขันให้ได้มียศ มีตำแหน่งและเส้นทางการทำงานที่ดีมีค่าตอบแทนสูง และส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนบริบททางสังคมที่ต้องปฏิรูปการศึกษาเพื่อการผลิตบัณฑิตสำหรับตอบสนองความต้องการในตลาดแรงงานมากกว่าตอบสนองความต้องการของผู้เรียน และอีกตัวอย่าง คือ ค่านิยมในสังคมปัจจุบันที่กีดกันชีวิตประจวบว่าตายทั้งเป็นคือ การแข่งขันทางด้านวัตถุ จนครอบงำวิถีชีวิตของคนในชาติและเสพติดความหรูหรา ให้ราคากับผู้มีเงินและรูปลักษณะภายนอก อันเป็นปัจจัยทำให้คนบางคนยอมกู้หนี้ยืมสินเพื่อนำเงินมาซื้อความสะดวกสบายหรือใช้สอยความฟุ้งเฟ้อโดยเข้าใจผิดว่าเป็นการยกระดับสถานภาพทาง

สังคมให้ทัดเทียมกับคนอื่น ด้วยการมีบ้าน มีรถ มีเครื่องประดับ มีปัจจัย 4 ที่มากเกินไปจนจำเป็น ติดกับดักอยู่กับความกระเสือกกระสนในการดำรงชีวิตในทุกระดับทั้งเด็กและผู้ใหญ่ทั้งชายและหญิง แน่แน่นอนว่าคุณค่าเป็นระดับของความพึงพอใจ (Satisfaction) ที่เกิดจากการตีความต่อปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในดังที่กล่าวมาแล้วและมีผลในเชิงรูปธรรมคือสร้างราคาโดยการสมมติสิ่งแทนค่า ดังนั้น เมื่อกล่าวถึงคุณค่าในเชิงมิติ หมายถึง (1) มิติคุณค่าภายนอก ได้แก่ วัตถุสิ่งของหรือพฤติกรรมทางกายวาจาที่แสดงออกให้เห็นได้ และ (2) มิติคุณค่าภายใน ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นในจิตใจแล้วตีราคาต่อสิ่งนั้น ซึ่งในความเป็นจริงอาจจะเป็นคุณค่าแท้หรือคุณค่าเทียมก็ได้ แต่ที่มองไม่เห็นคุณค่าแท้เพราะถูกอวิชชาคือความไม่รู้ปิดบังไว้ ถูกกิเลสคือความต้องการงูจี้

ความต้องการนั้นเป็นต้นเหตุแห่งคุณค่า เพราะความต้องการที่นำมาซึ่งคุณค่าแท้ ได้แก่ คุณค่าที่สนองตอบความต้องการคุณภาพชีวิต ส่วนความต้องการที่เขย่นนำมาซึ่งคุณค่าเทียม ได้แก่ คุณค่าเพื่อสนองตอบความอยากเสเพลสิ่งปรนเปรอตน (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตฺโต). 2543 : 90) ดังนั้น คุณค่าที่ขึ้นอยู่กับปัจจัยความต้องการ ความปรารถนา หรือความอยากก็เป็นส่วนหนึ่งของกิเลสอันจะนำมาซึ่งการกระทำหรือที่เราเรียกว่ากรรม หมายถึงการกระทำดี กระทำชั่ว แต่ก่อนที่จะเกิดกรรมนั้นเราสามารถใชสติเข้าไปกำหนดรู้และกำกับความต้องการ ความปรารถนา และความอยากนั้นได้ เมื่อสติระลึกรู้ได้แล้วเราจะสามารถหลีกเลี่ยงจากความคิดที่ชั่วให้กลายเป็นความคิดที่ชอบ ส่งผลให้เราทำดี ทำถูกต้อง ทำถูกทาง และพึงตนเองได้ (ขุ.ธ. (ไทย) 25/160/82)

การสร้างที่พึงต่อตนเองนั้นเป็นการสร้างคุณค่าให้เกิดกับตนลดความถดถอยเพิ่มความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์สำหรับตน ซึ่งในการปฏิบัตินั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งต้องเริ่มจากกระบวนการแห่งไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา เพื่อให้เกิดผลคือ การมองตนออก บอกตนได้ ใช้ตนเป็น เห็นตนชัด หมายถึง การรู้จักตัวเอง ว่าเป็นใครมาจากไหน มีหน้าที่อะไร และต้องการเป็นอย่างไร เหมือนคำกล่าวที่ว่า “นกเห็นฟ้า ปลาเห็นน้ำ” แต่การมองตัวเองออกนั้นไม่ใช่ใช้ตาเปล่ามองอย่างเดียวแต่ต้องใช้ใจเมตตาตนเองมองตนออกด้วย ส่วนการบอกตัวเอง เป็นการพัฒนาด้านคุณลักษณะภายในที่สำคัญของความเป็นมนุษย์ผู้มีใจสูง เป็นการพัฒนาศักยภาพที่มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความสมบูรณ์และนำไปสู่การใช้ประโยชน์ตัวเองให้เต็มศักยภาพในความเป็นมนุษย์ เช่น ใช้ความรู้ที่ได้ผ่านกระบวนการอบรมตามหลักไตรสิกขาสู่การพัฒนากายวาจาและใจ ให้ดำเนินไปในทางที่ถูกที่ควร ดังพุทธสุภาษิตว่า “ทณโต เสฏฺฐมฺหา มนุสฺสเสสุ” แปลว่า “บุคคลผู้ฝึกแล้วประเสริฐที่สุดในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย” (ขุ.ธ. (ไทย) 25/321/133) และเมื่อตัวเองฝึกฝนจนสามารถใช้ตัวเองให้ทำความดีได้ ก็หมายความว่า ตนเป็นคนไม่หลงทาง ไม่หลงถิ่น ไม่หลงไหลในมายา เป็นผู้มีความชัดเจนผ่องใส ใจบริสุทธิ์ ผุดผ่องด้วยสัมผัสแห่งจิตใจที่งดงามและปราศจากความเศร้าหมองที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ เข้าใจชัด ตามทันอาการและอารมณ์ของกาย เวทนา จิต และธรรมที่เกิดขึ้นด้วยสติอันเป็นที่ตั้งแห่งชีวิต ดังพุทธสุภาษิตที่ว่า “สุทฺธิ วิสุทฺธิ ปจฺจตฺตํ” แปลว่า “บริสุทธิ์หรือปราศจากความบริสุทธิ์เป็นเรื่องเฉพาะตน” (ขุ.ธ. (ไทย) 25/165/84)

คุณค่าเฉพาะบุคคลนั้นเป็นฐานสำคัญในหมู่มนุษย์เพราะเราต่างเห็นพ้องต้องกันว่า ความเห็นแก่ตัวเป็นภัยร้ายของสังคม ความเห็นแก่ตัวเป็นสาเหตุแห่งการทำร้ายล้างสิ่งต่างๆ แต่เมื่อได้ละทิ้งความเห็นแก่ตัวแล้วย่อมจะนำมาซึ่งความเห็นอกเห็นใจเพื่อนมนุษย์และสัตว์โลกด้วยกัน เกิดความเข้าใจระหว่างกัน เห็นอกเห็นใจกัน

หมู่มนุษย์ด้วยกันและสัตว์อื่นๆ โดยใส่ใจว่า คนอื่นเกลียดทุกข์ รักสุขฉันใด เราก็เกลียดทุกข์ รักสุขฉันนั้น ก่อเกิดเป็นความรักที่ประกอบด้วยหลักพรหมวิหารระหว่างมนุษย์กับมนุษย์หรือมนุษย์กับสัตว์หรือกับเหล่าเทวดาจึงเกิดขึ้นเป็นสังคมแห่งสันติภาพมีสันติสุข

การสร้างคุณค่าที่แท้จริงให้เกิดขึ้นกับชีวิตนั้น ไม่ใช่เป็นไปเพื่อการยกตนข่มท่านหรือแก่งแย่งสร้างคุณค่าเทียมแล้วดิดป้ายราคาประกาศเพื่อยกระดับสถานภาพทางสังคมของตน แต่ควรเกิดจากความเพียรพยายามขัดเกลากาย วาจา และใจ และทุ่มเทสร้างคุณค่าแท้ให้เกิดขึ้นกับชีวิตด้วยความไม่ย่อท้อเหมือนทองแท้ที่ไม่กลัวไฟ และเพชรแท้ที่ไม่กลัวการเจียรนัย ค่อยๆ พัฒนาศักยภาพขึ้นเรื่อยๆ จนมีบารมีในที่สุด ดังนิทานเรื่อง “ต้นไม้แห่งคุณค่า”

“ไม้นั้นเดียวกัน ท่อนหนึ่งกลายเป็นพุทธรูป ท่อนหนึ่งกลายเป็นไม้กระดาน วันหนึ่ง ไม้กระดานรู้สึกไม่พอใจว่า ‘เราต่างก็เป็นไม้ที่มาจากต้นเดียวกัน ทำไมคนอื่น ๆ ถึงเหยียบฉันเพื่อขึ้นไปกราบเธอ?’ พุทธรูปบอกกับไม้กระดานว่า ‘เพราะเธอถูกเลื่อยเพียงครั้งเดียว แต่ฉันถูกแกะถูกกรีดเป็นพื้นเป็นหมื่นครั้ง!’ ชีวิตคนก็เช่นกัน ทนได้กับการหล่อหลอม ชีวิตจึงเกิดคุณค่า เมื่อใดก็ตามที่เธอเห็นความรุ่งเรืองของใครๆ อย่าได้เกิดความอิจฉา แต่จงถามตัวเธอเองว่า เธออดทนและทุ่มเทมากกว่าใครคนนั้นแล้วหรือยัง?”

อิสรภาพ (Freedom)

มนุษย์เกิดมามีสิทธิและเสรีภาพในชีวิต ถ้าบุคคลใดละเมิดสิทธิของผู้อื่นหรือปฏิบัติผิดกฎหมายของบ้านเมือง เจ้าหน้าที่ทางการย่อมจับกุมบุคคลนั้นเข้าคุกเพื่อเป็นการลงโทษไปตามกำหนดเวลาและไม่ให้มีอิสรภาพในการออกไปใช้ชีวิตเหมือนคนอื่น หรือมีจุดประสงค์เพื่อให้นักโทษที่ถูกจองจำเกิดความเข็ดหลาบ ไม่ประพฤติดังปฏิบัติผิดอีก ดังนั้นบุคคลที่ถูกจองจำจึงถูกเรียกว่า “บุคคลผู้ไร้อิสรภาพ”

พระพุทธศาสนามีมุมมองในทิศทางเดียวกันกับทางโลก แต่ที่ลึกซึ้งกว่าคือ คุณหรือเครื่องมือจองจำนั้นมันคงเหนียวแน่นกว่า และยากต่อการทำลาย ซึ่งได้แก่ คุณที่เป็นบ่วงแห่งกิเลส ทั้งที่เป็นกิเลสขันธ์และวัฏฏะ แต่ถ้าบุคคลใดสามารถปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธองค์แล้วได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ บุคคลนั้นก็เรียกว่า “เป็นผู้มีอิสรภาพ” ดังพระโอวาทตอนหนึ่งที่ตรัสกับพระอรหันตสาวก 60 รูปก่อนไปประกาศพระศาสนาครั้งแรกว่า

“ภิกษุทั้งหลายเราพ้นแล้วจากบ่วงทั้งปวง ทั้งที่เป็นของทิพย์ ทั้งที่เป็นของมนุษย์
แม้พวกเธอก็พ้นแล้วจากบ่วงทั้งปวง ทั้งที่เป็นของทิพย์ ทั้งที่เป็นของมนุษย์...” (วิ.ม. (ไทย) 4/32/40)

ดังนั้น บุคคลใดที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์หรือหลุดพ้นจากกองทุกข์แล้วไซ้ บุคคลนั้นก็ยังคงถือว่าเป็นนักโทษที่ต้องถูกจำคุกในวัฏฏะสงสาร ไม่ได้มีอิสรภาพแห่งจิตซึ่งมีโทษมากกว่าคนที่ถูกจองจำในคุกธรรมดา และที่สำคัญมนุษย์เกิดมามีชีวิตแล้วทุกคนจะต้องตาย แต่ก่อนจะตายแต่ละคนมีเวลาเป็นของตนเอง สามารถบริหารจัดการโดยใช้เวลาให้เกิดคุณค่าแท้เป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม พร้อมทั้งมีอิสรภาพในชีวิต มีอิสรภาพในเวลา และมีอิสรภาพในคุณค่าต่างๆ ด้วยปฏิบัติตามธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากทุกข์คือวัฏฏะสงสาร และไม่ตกอยู่ในอำนาจกิเลส ดังพุทธสุภาษิตในอรรถกถาธรรมบท (ขุ.ธ. (ไทย) 25/171/86) ว่า

“ท่านทั้งหลายจงมาดูโลกนี้ ที่วิจิตรดุจราชรถ
ที่พวกคนเขลาหมกมุ่นอยู่ แต่พวกผู้รู้หาซึ้งอยู่ไม่”

สรุปทวิเคราะห์

ทัศนะทางพระพุทธศาสนาพยายามมองเห็นชีวิตของมนุษย์เป็นสิ่งที่จะต้องเรียนรู้ปัญหาและอุปสรรคเพื่อปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีความสมบูรณ์แบบมากที่สุดจนสามารถยกระดับจิตใจไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่ควรจะเป็นแต่กระนั้นการเข้าถึงเป้าหมายและจุดมุ่งหมายของชีวิตจริงๆ กลับพบน้อยมากที่มนุษย์คิดและพัฒนาตนเองให้ได้รับการเติมเต็มอย่างที่พระพุทธศาสนาพยายามเสนอทางเลือกไว้ให้กับโลกนี้ แต่ถึงอย่างไรก็ตามคำว่า “ชีวิต” ในมุมมองทางพระพุทธศาสนามี 2 องค์ประกอบ คือ รูปธรรมและนามธรรม และมีสภาพเสมอกันทั้งในการเกิด การแก่ การเจ็บ และการตาย อันเป็นกฎธรรมชาติ อันบ่งบอกถึงเวลาที่มนุษย์ควรมีหัวใจพระพุทธศาสนาคือการละเว้นความชั่ว มั่นทำความดี และทำจิตใจให้ผ่องใส ในฐานะบริษัท 4 พระสงฆ์ควรปฏิบัติตามพระสัทธรรมให้ครบสมบูรณ์ทั้งด้านปริยัติธรรม (คันถธุระ) และด้านปฏิบัติธรรม (วิปัสสนาธุระ) เพราะ ความต้องการนั้นเป็นต้นเหตุแห่งคุณค่าที่แท้นามซึ่งคุณค่าแท้ได้แก่ คุณค่าที่สนองตอบความต้องการคุณภาพชีวิต ส่วนความต้องการเทียมนามซึ่งคุณค่าเทียม ได้แก่ คุณค่าเพื่อสนองตอบความอยากเสพลสิ่งปรนเปรอตน จนสามารถหลุดออกไปจากสิ่งร้อยรัดทั้งหลายเพราะบุคคลใดที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์หรือหลุดพ้นจากกองทุกข์แล้วไซ้ บุคคลนั้นก็ยังถือว่าเป็นนักโทษที่ต้องถูกจำคุกในวิญญูสงสาร

References

1. บรรณานุกรมภาษาไทย

(ก) ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยกรณราชวิทยาลัย.

(ข) ข้อมูลทุติยภูมิ

1) หนังสือ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2538). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2543). **เศรษฐศาสตร์แนวพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.

_____. (2556). **คู่มือชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ 28. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา.

พุทธทาส ภิกขุ. (2557). **ชีวิตคืออะไร**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภาพร.

_____. (2523). **ศิลปะสำหรับการมีชีวิตอยู่ในโลก**. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). **พจนานุกรม ฉบับรรมชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน.

2. บรรณานุกรมภาษาอังกฤษ

Sally Wehmeier and others. **Oxford Advanced Learner's Dictionary . 7th edition**. Oxford: Oxford University Press. 2005.

Terry Eagleton. (2007). **The Meaning of Life**. Oxford: Oxford University Press.