

## คุณค่าแห่งชีวิต

รศ.นฤมล สตินสุพรรณ พท.บ.\*

ความหมายของคำว่า “คุณ” และ “ค่า” คำว่า “คุณ” หมายถึงประโยชน์ที่มีอยู่ในตัวสิ่งนั้นหรือการกระทำนั้นๆ สำหรับ “ค่า” หมายถึงราคา จะมีมากหรือน้อยตามว่าสิ่งนั้นมีคุณมากหรือน้อย คือ มีคุณมาก ก็มีค่ามาก<sup>1</sup>

ความหมายของคำว่า “คุณสมบัติ” คำว่า “คุณสมบัติ” แปลว่า ถึงพร้อมด้วยคุณค่าและด้วยสิ่งที่มีคุณและมีค่านั้นคือสิ่งที่เราประสงค์ เราประสงค์ “คุณสมบัติ”

**สมบัติ** แปลว่า ถึงพร้อมหรือครบถ้วน มีคุณค่า ครบถ้วน มีอยู่ที่สิ่งใด ผู้ใด ก็เรียกว่าสิ่งนั้น ผู้นั้น มีคุณสมบัติที่น่าสนใจ และเป็นที่ตั้งแห่งความเคารพนับถือ บุษบา เช่น เราจะบูชาใครสักคนหนึ่ง มาก-น้อย สูง-ต่ำ เท่าไร อาศัยสิ่งที่เรียกว่า คุณสมบัติที่เขามี

“คุณสมบัติของมนุษย์ อยู่ที่มีความถูกต้อง” และ “คุณค่าแห่งชีวิต ก็คือ ต้องมีความถูกต้อง”

ความหมายที่แท้จริงของคำว่า “ถูกต้อง” คือ ต้องมีประโยชน์ ไม่มีโทษแก่ทุกฝ่าย

ฉะนั้น อะไรก็ตามที่ไม่ให้โทษและมีประโยชน์แก่ทุกฝ่าย เรียกว่า “ความถูกต้อง” เรื่องปริมาณนั้นก็ให้มีมากพอ ให้มีสมควรแก่ความรอด ปัญหาที่มีอยู่มากในชีวิตนี้ ความถูกต้องก็ต้องมีอย่างพอสมกันคือ มากพอ ก็จะมี ความถูกต้องอันมากพอ ชีวิตนี้ก็จะหมดปัญหา นี้เรียกว่า “คุณค่า” ว่า “คุณ” ว่า “ค่า” ว่า “คุณสมบัติ” สำหรับจะใช้เป็นหลักเกณฑ์สำหรับกำหนดเพื่อศึกษา เพื่อแสวงหา เพื่อประพฤติปฏิบัติอะไรก็ตาม

### ความหมายของชีวิต 3 แ่ง

คำว่า “ชีวิต” ก็เหมือนกับสิ่งอื่นๆมีความหมายเป็นชั้นๆ คือ

1. ชีวิตในแง่ของวัตถุ หรือร่างกาย
2. ชีวิตในแง่ของจิตใจ คือจิต

3. ชีวิตในแง่ที่ลึกลงไป เรียกว่าทางสติปัญญา หรือมักจะเรียกว่าทางวิญญาณเราจะใช้ใน 3 ความหมายว่า ทางกาย ทางจิต และทางวิญญาณ คือ ความรู้แจ้งทางสติปัญญา ซึ่งเป็นสมบัติของจิต หาใช่ตัวเดียวกับสิ่งที่เรียกว่าจิตไม่

1. **ดูชีวิตแง่วัตถุ** ในทางวัตถุร่างกายประกอบไปด้วยวัตถุหลายอย่าง เช่น ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุต่างๆ เหล่านี้มีลักษณะของวัตถุ ประกอบกันขึ้นเป็นเซลล์เล็กๆ กลุ่มแห่งเซลล์ประกอบกันเข้าแล้วเป็นส่วนแห่งร่างกาย

ทางวิทยาศาสตร์ถือว่าถ้าเยื่อศูนย์กลางของเซลล์แต่ละเซลล์ยังมี Protoplasm ซึ่งยังสดที่อยู่ ก็เรียกว่าเซลล์นั้นมีนิวเคลียสที่ยังมีชีวิต แต่ถ้า Protoplasm นั้นสูญเสียไปแล้ว ก็ไม่มีชีวิต เมื่อแต่ละเซลล์ไม่มีชีวิตก็คือตายในแง่ของร่างกาย แง่ของชีวิต เราต้องรู้จักรักษา สร้างสรรค์ให้ยังคงมีชีวิตถูกต้องและพอเพียง โดยหาความรู้ในส่วนนี้ ในแง่นี้ ทำให้ถูกต้อง ทำให้มีคุณค่า หรือคุณสมบัติตตรงตามที่เราประสงค์ ก็เรียกได้ว่า เรามีคุณสมบัตินทางกายเหมาะสม จะเป็นเรื่องบำรุงรักษา เรื่องอนามัย เรื่องอะไรก็ตามให้ร่างกายสบาย เข้มแข็ง สามารถมีชีวิตทางกายก็หมดปัญหาไป

2. **ดูชีวิตในแง่จิต** ชีวิตทางจิตโดยเฉพาะ จิตนี้คือสิ่งที่คิดได้ รู้สึกได้ ตามธรรมชาติของจิตจะคิด รู้สึก มีความรู้สึกที่ดิ้นรน ที่จะให้ก้าวหน้า ที่จะให้มาก ให้สูงขึ้นไปนี้เป็นเรื่องของจิตล้วนๆ มีระบบอย่างตายตัวที่ว่าจะต้องเป็นปกติ ถ้าผิดปกติก็เรียกว่าบ้า นี้อยู่ถูกต้องอยู่ ถูกต้องอย่างดี ถูกต้องอย่างที่จะมีประโยชน์ แล้วก็มีคุณสมบัตินทางจิตถูกต้อง ไม่ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาลจิตเวชแล้วก็มีจิตที่สามารถคิดนึกอะไรได้ดี คิดนึกอะไรได้ดีเท่านี้ก็พอ

\* อาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาวะผู้นำและนวัตกรรมการจัดการสุขภาพ บัณฑิตวิทยาลัย วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย



3. **ดูชีวิตในแง่ทางวิญญาณ** ทางวิญญาณ หมายถึง ความว่า สมบัติของจิต สติปัญญา ความรู้ ความเจนจัด สสารพัดขึ้นไปถึง ความเชื่อ ความถื่อเป็นหลักเกณฑ์ต่างๆ เหล่านี้เรียกว่า เป็นเรื่องทางวิญญาณ ที่ต้องมีสติปัญญา ที่ถูกต้อง มาจากความรู้ที่ถูกต้อง ยึดถือไว้เป็นหลักเกณฑ์ สำหรับปฏิบัติให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป นี้เรียกว่า เป็นฝ่าย ทางวิญญาณ

รวมกันแล้วทางกายถูกต้อง ทางจิตถูกต้อง ทางวิญญาณก็ถูกต้อง ก็มีชีวิตที่สมบูรณ์ จะมีได้อย่างไร ก็ควรจะศึกษาให้ถึงที่สุด<sup>2</sup>

ดูให้เห็นว่าชีวิตทั้ง 3 แง่ มีทั้งอย่างดิบ และ สุข ต้องพัฒนาให้สุกจึงจะมีประโยชน์ ร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ที่ยังไม่ได้พัฒนาก็ยังดิบ ต้องมีการพัฒนาให้สุก ให้พร้อมที่จะใช้ประโยชน์ นี่คือความจำเป็นที่เราจะต้อง ศึกษาหาความรู้ในการพัฒนาชีวิต ให้ถึงขนาดที่จะสำเร็จ ประโยชน์ได้จริง

ธรรมชาติของชีวิต เป็นของดิบแต่พัฒนาได้ ตัวอย่าง วัตถุดิบเมื่อผ่านโรงงานอุตสาหกรรมไปแล้ว ก็ออกมาเป็นวัตถุดิบ เป็นวัตถุดิบสำเร็จรูป เป็นวัตถุดิบที่ล่อใจ ล่อความอยากของคนทั้งหลาย แล้วก็ซื้อขายกันใหญ่

เรื่องอุตสาหกรรม กำลังจะทำให้โลกวุ่นวาย หรือฉิบหายในที่สุด ถ้าไม่รู้จักความถูกต้องและเพียงพอ ต้องรู้จักความถูกต้องและเพียงพอ ชีวิตนี้ก็เหมือนกัน ถ้ายังดิบ ก็ทำอะไรได้น้อยมาก ถ้าสุกก็ดี จึงเป็นหน้าที่ของเรา ที่จะพัฒนาไปตามที่จะพัฒนาได้อย่างไร

ความจริงทั้งชีวิตและการพัฒนาชีวิตก็เป็น เรื่องเกี่ยวข้องกันอยู่ ใครจะมีความรู้ในการพัฒนา? ทาง กาย ก็พวกหมอธรรมดา ทางจิต ก็ผู้รอบรู้ทางจิต แต่ทาง สติปัญญาเราต้องอาศัยบุคคลพิเศษสูงสุด เช่น พระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าก็ถูกสมมุติหรือถูกเรียกกันว่า เป็นหมอทางวิญญาณ ทางสติปัญญา **“เป็นนายแพทย์ ผู้เยียวยาโรคของสัตว์โลกทั้งปวง”** โรคนี้ หมายถึง โรค ทางจิตชั้นสูง คือทางวิญญาณ ไม่ใช่โรคทางจิตที่ไป โรงพยาบาลประสาท จิตเวช แต่เป็นโรคทางสติปัญญา ที่จะ

ทำให้เกิดความเห็นผิด เข้าใจผิด จนกระทั่งเห็นกงจักรเป็น ดอกบัว ทำลายตัวเองอยู่ก็ไม่รู้ ไม่รู้สึก เรียกว่า โรคทาง จิตวิญญาณ ทางสติปัญญา เราก็ต้องการหมอทั้งสามอย่าง คือ หมอทางร่างกาย หมอทางจิตโดยเฉพาะและหมอทาง สติปัญญา ถ้าแสวงหาได้ทั้งสามอย่างก็บริบูรณ์ นำเสื่อมใส ที่เกี่ยวกับชีวิตที่จะพัฒนา พัฒนาเยียวรักษา ปรับปรุงอะไรก็ตาม เสร็จแล้วก็มีผลเต็มที่ ตามที่ควรจะมี ได้ตามที่ธรรมชาติกำหนดไว้ ถ้าพัฒนาชีวิตได้จริงแล้ว ก็ เป็นชีวิตที่ไม่มีปัญหา ถ้าเรายังมีปัญหายุ่งยากลำบากจิตใจ เป็นทุกข์อะไรอยู่ ก็ยังไม่ใช่อะไรที่สุด ยังไม่หมดปัญหา แห่งชีวิต ถ้าว่าพัฒนาได้ถึงที่สุดมันเป็นชีวิตที่หมดปัญหา ไม่มีสิ่งรบกวน มันก็เย็น เย็น เย็น ใช้คำว่า **“เย็น”** คือ **“นิพพาน”**

### เข้าใจ มองเห็นนิพพานให้ถูกต้อง

นิพพาน เป็นชีวิตที่ประเสริฐ เป็นชีวิตที่เย็น คำว่า **“นิพพาน”** แปลว่า ความดับแห่งความร้อน นิพพาน แปลว่า เย็น ภาษาที่เหมาะสมที่สุดก็คือ ทำให้เย็นนั้นแหละ เป็นเรื่องของนิพพาน ภาษาอังกฤษ คือคำว่า Quench คำนี้เหมาะสมที่สุดสำหรับเป็นคำแปลของคำว่า นิพพาน คือ ทำให้มันหยุด ทำให้มันสงบ ทำให้มันระงับ ทำให้หมด ปัญหา

ทำให้หมดปัญหานี้แหละคือเป็นชีวิตชนิดที่สูงสุด คุณค่าแห่งชีวิตที่ถึงที่สุด เป็นนิพพานนั้นมันเย็นๆ ไม่มี ความร้อน ไม่มีปัญหา พุดง่าย ๆ ว่า **“เป็นชีวิตที่ไม่กัด เจ้าของ”**

### ชีวิตอย่างไรที่กัด - ไม่กัดเจ้าของ?

ชีวิตที่ไม่ได้พัฒนาให้ถึงความสมบูรณ์แห่งชีวิต มันกัดเจ้าของอยู่ตลอดเวลา ถ้าชีวิตไม่กัดเจ้าของนั่นคือ ชีวิตที่ถึงนิพพาน หมดปัญหาที่สุดของชีวิต

ชีวิตที่ไม่มื่ออะไรที่กัดนั่นแหละยอดสุดของชีวิต เมื่อ พุดถึง **“คุณค่าแห่งชีวิต”** มันก็ต้องมาถึงส่วนนี้ ระดับนี้ จึงจะเรียกว่า เป็นคุณค่าที่แท้จริง

## วิธีที่ทำให้ได้ชีวิตที่ไม่กัดเจ้าของ

ชีวิตชนิดนี้ จะได้มาอย่างไร? จะเกิดขึ้นมาได้  
อย่างไร? เป็นเรื่องที่ทำหน้าที่ให้ถูกต้อง คำว่า “หน้าที่”  
เป็นภาษาไทย ภาษาบาลี เรียกว่า “ธมม” ธรรมะนั้น  
แปลว่า หน้าที่

เรื่องหน้าที่ ที่จะต้องรู้เพื่อดับทุกข์ หน้าที่ดับทุกข์  
ธรรมะกับสิ่งที่เรียกว่าหน้าที่นี้ เป็นสิ่งเดียวกัน  
คำเดียวกัน แล้วแต่จะใช้ภาษาอะไร

สิ่งที่เราจะยกชีวิตขึ้นไว้ให้ปลอดภัยจากความ  
ทุกข์ สิ่งนั้นคือ “หน้าที่” ในภาษาไทย หรือ “ธมม”  
ในภาษาบาลี เราต้องรู้จักว่า สิ่งที่จะช่วยให้ชีวิตนี้หมดปัญหา  
เข้าถึงความหมาย หรือคุณค่าอันสูงสุดนั้นก็คือสิ่งที่เรียกว่า  
“ธรรมะหรือหน้าที่”

“เราต้องไม่บกพร่องในหน้าที่ทำให้ชีวิตมีหน้า  
ที่ หรือทำให้ชีวิตกับหน้าที่นั้นเป็นสิ่งเดียวกันเสีย”  
ตัวอย่างเช่น การเป็นอาจารย์ในโรงเรียนแพทย์  
หรือโรงเรียนพยาบาล การวางแผนการสอน เราก็ใช้วิธี

“การเรียน การสอน การบริการ การวิจัย ควบคู่  
กันไป” เพราะจะทำให้เราเรียนรู้สิ่งดี ไม่ดี ในการเรียน  
การสอน การบริการ เพื่อปรับปรุงให้เหมาะสมต่อไป

จะให้ชีวิตเย็นถึงที่สุดแห่งคุณค่า ก็ทำให้มันเป็น  
หน้าที่ หน้าที่ใดๆไม่มีผิดพลาด ไม่บกพร่อง ถูกต้องไปหมด  
ก็เรียกว่า เป็นชีวิตที่ถูกต้อง ก็เป็นชีวิตที่เย็น

พิจารณาตนเองว่า หน้าที่บริหารกาย บริหารจิต  
บริหารสติปัญญา หน้าที่ต่อตนเองจะต้องทำเพื่อตนเอง  
หน้าที่ที่จะต้องทำเพื่อผู้อื่น เพราะว่าเราอยู่ในโลกคนเดียว  
ไม่ได้ แปลว่า หน้าที่ที่จะต้องทำเพื่อผูกพันกันระหว่างเรา  
กับผู้อื่น

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว จำไว้เป็นหลักดีกว่า  
ง่ายกว่าที่จะมาคิดเอาเอง หน้าที่เพื่อตนเองอย่างหนึ่ง  
หน้าที่เพื่อผู้อื่นอย่างหนึ่ง หน้าที่ที่ผูกพันกันอย่างแยกจาก  
กันไม่ได้นี้อีกอย่างหนึ่ง เป็นสามหน้าที่ ขอให้ทำให้  
ครบถ้วน

ข้อที่เป็นหน้าที่ที่ผูกพันกันนั้นแหละสำคัญมาก เรา  
ต้องมองดูให้กว้างในขั้นมูลฐานเลย ว่าเราอยู่คนเดียวใน

โลกไม่ได้ ต้องมีอยู่ด้วยกันก็ต้องทำงานร่วมกัน ทำงานตาม  
หน้าที่ร่วมกันในลักษณะที่เรียกกันว่า “สหกรณ์”

## การสหกรณ์ตามแบบชาวพุทธ

(ความรอดแท้จริงอยู่ที่ความมีสหกรณ์ที่ถูกต้อง)

มีความลึบอยู่ว่า “ความรอด” มีอยู่เพราะสหกรณ์  
ดูที่ร่างกายนี้ ร่างกายเราเป็นสหกรณ์ของเซลล์ทั้งหลาย  
ที่ประกอบกันเป็นชีวิตนี้ไม่รู้กี่ล้านๆล้านๆ มันต้องสหกรณ์  
ทำงานร่วมกันเป็นสหกรณ์ มันจึงจะเกิดส่วนประกอบของ  
ร่างกายที่ถูกต้องแล้วส่วนประกอบของร่างกายก็ส่วน  
ก็ส่วน มันก็ต้องสหกรณ์แยกกันไม่ได้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง  
กระดูก เอ็น เนื้อ อะไรก็ตามมันต้องสหกรณ์ ตับ ปอด ไส้  
พุง หัวใจ มันจะต้องสหกรณ์ มันจึงเป็นชีวิตอยู่ได้  
ปราศจากสหกรณ์นี้แล้วก็คือตาย

ชีวิตแท้มันต้องการสหกรณ์ ธรรมชาติแท้ๆมัน  
ต้องการสหกรณ์ โลกทั้งโลกนี้ต้องครบทุกอย่างร่วมกัน  
แล้วเป็นสหกรณ์ใหญ่ มีอะไรในโลกครบ แล้วโลกนี้จึงจะ  
เป็นโลกอยู่ได้ นี่เป็นโลกแห่งสหกรณ์

ปัญหาที่กำลังเผชิญกันอยู่อย่างหนัก เรื่อง  
มลภาวะ เรื่องยาเสพติด เรื่องต่างๆมากมาย ล้วนแล้วแต่  
มาจากความเห็นแก่ตัว ไม่มีสหกรณ์ ถ้ามีสหกรณ์กันใน  
โลก รักใคร่กันดีแล้ว มลภาวะจะไม่เกิดขึ้นในโลก ขอให้  
ใคร่ครวญว่า

“ความรอดอันแท้จริงของโลก มันอยู่ที่ความมี  
สหกรณ์ที่ถูกต้อง”

ชีวิตนี้อยู่เดียวไม่ได้ มันต้องอยู่ร่วมกัน มันจึงจะ  
เป็นโลกอยู่ได้ แม้แต่ต้นไม้ ต้นไร่ ในโลกนี้ ถ้ามีต้นเดียว  
มันก็อยู่ไม่ได้ อยู่กันเป็นต้นไม้ไปทั่วโลก จึงจะเป็นโลกอยู่  
ได้ มันเป็นสหกรณ์

“ความเห็นแก่ผู้อื่นนั้น เป็นคุณธรรมที่นิยมว่า  
เป็นหลัก ความรักผู้อื่นนั้นแหละจะช่วยให้รอด”

ฉะนั้น ขอให้นึกถึงความเป็นสหกรณ์ ความมี  
สหกรณ์ที่ถูกต้อง มันมาจากความเห็นแก่ตัว เราจัดให้  
ภายในร่างกายของเราเป็นสหกรณ์ที่ถูกต้องในส่วน  
ร่างกาย แล้วให้สหกรณ์ถูกต้องกับส่วนที่เป็นจิต แล้วให้



สหกรณ์กันถูกต้องกับส่วนที่เป็นสติปัญญา หรือวิญญาณ คือให้ทางกาย ทางจิต ทางวิญญาณ สามอย่างนี้สหกรณ์กันให้ดี แล้วชีวิตนี้จะมีคุณค่าสูงสุด มีคุณค่าแห่งชีวิต มีคุณสมบัติแห่งชีวิตสูงสุด เพราะว่าในระบบชีวิตนี้มันสหกรณ์กันดี ทั้งทางร่างกาย ทางจิต และทั้งทางวิญญาณ ความเห็นแก่ตัวเป็นอุปสรรคทำให้ชีวิตสมบูรณ์ไม่ได้

อุปสรรคที่ทำให้เป็นอย่างนั้นไม่ได้ ก็คือ “ความเห็นแก่ตัว” ความเห็นแก่ตัวนี้เรามีโดยที่เราไม่รู้สึกรู้ว่าเรามี ซึ่งความเห็นแก่ตัวแทนที่จะช่วยทำความเจริญ มันกลับทำความพินาศ คำพูดนี้มีความหมายเฉพาะความเห็นแก่ตัวด้วยอำนาจของกิเลส

**ถ้าความเคารพตัว นับถือตัว พัฒนาตัว อย่างนั้น เป็นเรื่องของสติปัญญาไม่ใช่กิเลส**

“ความเห็นแก่ตัว เป็นเรื่องของกิเลส คือ ความโง่ ถ้าพัฒนาตัว สร้างตัว ยกตัวนี้ เป็นเรื่องของสติปัญญา เป็นเรื่องของความฉลาด”

พอเห็นแก่ตัวชี้แจงทำงาน ทั้งงานไปนอน คนเห็นแก่ตัวจะหลีกเลี่ยงไปนอน แล้วก็คอยเอาประโยชน์ คอยแย่งชิงประโยชน์

**“คนเห็นแก่ตัวไม่ทำหน้าที่ แล้วคอยเรียกร้องสิทธิ กิเลสของคนมันต้องการจะเรียกร้องสิทธิ โดยไม่ต้องทำหน้าที่”**

สักวันหนึ่งคนจะทำมือกับกันทั้งโลก ไม่ทำหน้าที่ การงาน แต่จะเอาประโยชน์ นี่คือการเห็นแก่ตัว ทำให้ไม่ทำงาน ทำให้ชี้แจง ความเห็นแก่ตัวทำให้ไม่สามัคคีที่เราเรียกร้องความสามัคคี อย่างที่เรียกร้องกันอยู่ทุกวันนี้ ในหลวงเรียกร้องมากที่สุด เรียกร้องให้สามัคคีนี้ แต่คนเห็นแก่ตัวไม่สามัคคี ถ้าจะให้เห็นสามัคคีมันต้องกำจัดความเห็นแก่ตัว

**ความเห็นแก่ตัว คนเห็นแก่ตัวจะอิจฉาริษยา คอยทำลายผู้อื่น**

มลภาวะทั้งหลายเกิดขึ้นมาในโลกเรื่อยๆก็เพราะความเห็นแก่ตัวเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ นิเวศวิทยาเสียหายหมดก็เพราะคนเห็นแก่ตัว รถจะชนกันหรือรถจะติดแน่นถนน

ก็เพราะเห็นแก่ตัว ถ้าไม่เห็นแก่ตัวจะปรองดองกันได้โดยไม่ต้องชนกัน โดยเลื่อนกันไปได้

ถ้าเห็นแก่ตัวร้อยเปอร์เซ็นต์เมื่อไร โลกนี้ก็ถูกเป็นไฟและวินาศ ไม่มีอะไรดีในเรื่องของความเห็นแก่ตัว นี่คืออุปสรรคที่ชีวิตพัฒนาไม่ได้ เพราะเราเห็นแก่ตัวผิดทาง ถ้าเห็นแก่ตัวถูกทาง ต้องเคารพตัวและพัฒนาตัวเห็นแก่ตัวที่เรียกว่า Selfishness, Selfish นั่นเป็นตัวทำลาย

### **ศาสนาทุกศาสนาเลยสอนให้ไม่เห็นแก่ตัว**

การเห็นแก่ตัวอย่างโง่เขลา จึงตกไปเป็นทาสของกิเลส รับใช้กิเลส ให้กิเลสไล่หัวไปหาสิ่งที่สนองกิเลส โลกนี้กำลังหลงวัตถุ กำลังบูชาวัตถุ ซึ่งเป็นเรื่องสนองกิเลสทั้งสิ้น เดียวนี้กำลังเป็นปัญหา เรื่องอุตสาหกรรม สิ่งที่เกิดขึ้นออกมาแต่ละสิ่งล้วนสนองกิเลสทั้งนั้น ยุคไม่มีอุตสาหกรรม เขาไม่ยุ่งยากลำบากกันเหมือนอย่างนี้ พอมีอุตสาหกรรมผลิตแต่เครื่องสนองกิเลส แผลงออกมาจนทนไม่ได้ ต้องซื้อ

ตัวอย่างทีวี เครื่องนี้มีอยู่แล้ว ถ้าของใหม่ออกมาดีกว่านี้ก็ต้องซื้อใหม่ ไม่มีที่สิ้นสุด อย่างนี้ มันเป็นเรื่องจักรที่ผลิตศัตรูของมนุษย์ออกมา คือเหยื่อของกิเลส หรือความเห็นแก่ตัว ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วก็ไม่มีไหว ชีวิตก็ดิ้นไปหาความวิเศษ ความร้อน ความทุกข์ ความเป็นปัญหา เป็นเหยื่อของกิเลส เป็นทาสของกิเลสเท่าไร ก็สร้างปัญหาชีวิตเท่านั้น ไม่มีความสมบูรณ์แห่งชีวิต ไม่มีความเยือกเย็นแห่งชีวิต

ขอให้ระวังกันไว้ ถ้าต้องการความเยือกเย็นแห่งชีวิต ก็อย่าเห็นแก่ตัว จนเป็นทาสของกิเลส รับใช้กิเลสบูชาวัตถุนิยม

**สิ่งเดียวที่จะแก้ปัญหาก็คือ หน้าที่ที่ถูกต้อง คือ ธรรมะ**

ธรรมะ คือ หน้าที่ หน้าที่ที่ถูกต้อง มนุษย์พูดคำนี้มาตั้งแต่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิด วิวัฒนาการของมนุษย์เป็นมาถึงขั้นที่เรียกว่า รู้จักหน้าที่ คำว่า หน้าที่ เป็นภาษาไทย เป็นภาษาบาลี ธรรม ธรรมะ แปลว่า หน้าที่ สิ่งนั้นคือความถูกต้องของสิ่งที่จะต้องกระทำ ทำให้ถูกต้องแล้วมันก็ไม่มีปัญหา

ฉะนั้น เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์ควรแสวงหาธรรมะไว้ให้มากพอ ให้มีความถูกต้อง ทุกหน้าที่การงาน หน้าที่ที่บ้านเรือนก็ถูกต้อง หน้าที่ที่ออฟฟิศก็ถูกต้อง หน้าที่ต่อสังคมทั้งประเทศ ทั้งโลกก็ถูกต้อง

หน้าที่ในบ้านเรือนก็คือบริหารชีวิต จะบริโภคอาหาร จะบริหารร่างกายอย่างไร ให้มีแต่ความถูกต้อง คือมีสติสัมปชัญญะให้มันถูกต้อง แล้วรู้สึกว่าการพอใจ ก็มีความสุขทุกวินาที ทุกกระเปาะนี้

ตัวอย่าง ตื่นขึ้นมาจะล้างหน้า แปรงฟัน ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ อาบน้ำ ก็มีสติสัมปชัญญะ ทำให้มันถูกต้อง แล้วสนใจกับความถูกต้อง ก็พอใจ เมื่อพอใจก็เป็นสุขตลอดเวลาที่ล้างหน้า แปรงฟัน ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ อาบน้ำ เวลาไปไหนก็มีความสุข สุขได้ตลอดเวลา

หรือไม่ว่าจะไปกินอาหาร จะตักข้าวใส่จาน ตักข้าวใส่ปาก กลืน ถ้ามีธรรมะจะเยือกเย็น เป็นสุขตลอดเวลาที่กินอาหาร ถ้าเราจะช่วยล้างถ้วย ล้างจาน กวาดบ้าน ถูเรือน แทนคนใช้เสียบ้างก็ได้ ก็ยิ่งดี ถ้าทำด้วยสติสัมปชัญญะ สมาธิแล้วก็ทำให้เป็นสุข พพอใจ ถูกต้อง ทำสมาธิ ล้างถ้วย ล้างจาน กวาดบ้าน ถูเรือน สมาธิอยู่ที่ปลายไม้กวาด ขี่ฝุ่น ละอองมันติดไปกับปลายไม้กวาดแล้วสูญหายไป ก็ถูกต้องพอใจ

ซึ่งเราหาความสุขได้แม้แต่ล้างถ้วย ล้างจาน กวาดบ้าน ถูเรือน

ขอให้จัดการกับเรื่องนี้ ทำให้มีความถูกต้องพอใจ ไปเสียทุกกระเปาะนี้ ทุกวินาที ที่บ้านก็ถูกต้อง ที่ออฟฟิศคือหน้าที่การงานก็ถูกต้อง เป็นที่พอใจของตนเอง และผู้อื่น เมื่อคบหาสมาคมกับบุคคลที่ส่องออกไปจากเราเรียกว่า สังคม ประพฤติต่อเขาให้ถูกต้อง

**“เบื้องต้น บิดา มารดา เบื้องหลังบุตร ภรรยา เบื้องซ้ายมิตรสหาย ข้างขวาครูบาอาจารย์ ข้างบนผู้บังคับบัญชา ข้างล่างผู้ใต้บังคับบัญชา ทำต่อเขาให้ถูกต้องทุกทิศทาง อย่างนี้เรียกว่าถูกต้องทางสังคม”**

ถูกต้องที่บ้านเรือน ถูกต้องที่ออฟฟิศทำงาน ถูกต้องที่การสังคมทั่วไปแล้ว นั่นคือ ความสมบูรณ์แห่งชีวิต คุณค่าแห่งชีวิตก็มีอยู่เท่านั้น มันก็สมบูรณ์มหาศาล

ครอบงำจักรวาลเลย และมีความถูกต้องในเรื่องของชีวิตดังที่กล่าวมา

สรุป เราต้องรู้จัก ความหมายของคำว่า “คุณ” ของคำว่า “ค่า” ของคำว่า “คุณค่า” ของคำว่า “คุณสมบัติ” ของสิ่งที่เรียกว่า “ชีวิต”

ชีวิตนี้ต้องพัฒนา ไม่พัฒนาก็ไม่มีคุณค่าอะไร คนนี้พัฒนาไม่เป็นและพัฒนาผิดๆจนกลายเป็นความทุกข์เกิดขึ้นมา ผู้ฉลาด ผู้มีปัญญา พัฒนาถูกต้องให้ชีวิตนี้มันเย็นลงไป เย็นลงไป เย็นลงไป ไม่มีปัญหาใดๆ เป็นนิพพาน จบเรื่องเย็นสูงสุด คือ “นิพพาน” ไม่ได้เกิดมาเพียงเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง อย่างนี้สัตว์ก็ทำเป็น สุนัข และแมวก็ทำเป็นหาใส่ปากใส่ท้อง ต้องเพื่อแสดงความเป็นมนุษย์

มนุษย์ธรรมแสดงออกมาด้วยหน้าที่การงาน เราไม่ได้เกิดมาเพียงเพื่อหาเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง แต่เกิดมาเพื่อทำหน้าที่ของมนุษย์ แสดงความเป็นมนุษย์ที่ถูกต้องและสมบูรณ์ แล้วเราก็ได้รับประโยชน์ของการเกิดมา ไม่เสียที่ที่เกิดมา ได้มีคุณค่าหรือคุณสมบัติแห่งชีวิตเต็มความหมาย ตามที่ธรรมชาติกำหนดไว้ ธรรมชาติกำหนดไว้ให้เราพัฒนาเอาเอง ให้ทุนรอน คือชีวิต มาสำหรับเป็นเดิมพัน แล้วก็พัฒนาเอาเอง จนถึงที่สุดแห่งคุณค่าของชีวิต<sup>3</sup>

ขอให้ใคร่ครวญพิจารณาดูแล้วในที่สุดท่านก็จะต้องเชื่อตัวเองว่า ต้องพัฒนา ต้องทำหน้าที่ให้ถูกต้อง คือการประพฤติธรรม การทำหน้าที่ คือการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมคือ การทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ธรรมะกับหน้าที่คือสิ่งเดียวกัน การทำหน้าที่ คือการปฏิบัติธรรมเกิดมาเป็นมนุษย์ ถ้ารู้จัก **“พูดดี ทำดี คิดดี ทำหน้าที่ของเราให้ถูกต้องแล้วความเศร้าหมองไม่มี”**

### บรรณานุกรม

1. พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ) (2544) คุณค่าของชีวิตส่วนประกอบและโครงสร้างของชีวิต สุราษฎร์ธานี: ธรรมทานมูลนิธิ สอนโมกขพลาราม
2. ขุนเขา สินธุเสน เขจรบุตร (2557) รู้มากไปทำไม “รู้ใจ” ดีกว่า กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง พับลิชชิ่ง
3. อมรา มลิลลา (2558) กรุงเทพฯ: ชวนพิมพ์ 50 จำกัด