

ความสุขที่ถูกลมองข้าม (พระไพศาล วิสาโล)

นำเสนอเมื่อ : 9 พ.ย. 2552



ความสุขที่ถูกมองข้าม (พระไพศาล วิสาโล)

คุณเป็นคนหนึ่งหรือไม่ที่เชื่อว่า ยิ่งมีเงินทองมากเท่าไร ก็ยิ่งมีความสุขมากเท่านั้น ความเชื่อดังกล่าวดูเผิน ๆ ก็น่าจะถูกตองโดยไม่ต้องเสียเวลาพิสูจน์ แต่ถาเป็นเช่นนั้นจริง ประเทศไทยน่าจะมีคนป่วยด้วยโรคจิตคนน้อยลง มีไข้เพิ่มมากขึ้น ทั้ง ๆ ที่รายได้ของคนไทยสูงขึ้นทุกปี ในทำนองเดียวกันผู้จัดการก็จะมีสุขมากกว่าพนักงานระดับล่าง ๆ เนื่องจากมีเงินเดือนมากกว่า แต่ความจริงก็ไม่เป็นเช่นนั้นเสมอไป

ไม่นานมานี้มหาเศรษฐีคนหนึ่งของไทยได้ให้สัมภาษณ์หนังสือพิมพ์ว่า เขารู้สึกเบื่อหน่ายกับชีวิต เขาพูดถึงตัวเองว่า "ชีวิต(ของผม)เริ่มหมดค่าทางธุรกิจ" ลึกลงไปกว่านั้นเขายังรู้สึกว้าวตัวเองไม่มีความหมาย เขาเคยพูดว่า "ผมจะมีความหมายอะไรก็แค่เป็นแค่...มหาเศรษฐีหมื่นล้านคนหนึ่ง" เมื่อเงินหมื่นล้านไม่ทำให้มีความสุข เขาจึงอยู่เฉยไม่ได ในที่สุดจึงเตนจนได้เป็นรัฐมนตรี ขณะที่เศรษฐีหมื่นล้านคนอื่น ๆ ยังคงมุ่งหาเงินต่อไป ด้วยความหวังว่าถ้าเป็นเศรษฐีแสนล้านจะมีความสุขมากกว่านี้ คำถามก็คือ เขาจะมีความสุขเพิ่มขึ้นจริงหรือไม่ ?

คำถามข้างต้นคงมีประโยชน์ไม่มากนักสำหรับคนทั่วไป เพราะชาตินี้คงไม่มีวาสนาแม่แต่จะเป็นเศรษฐีร้อยล้านด้วยซ้ำ แต่อย่างน้อยก็คงตอบคำถามที่อยู่ในใจของคนจำนวนไม่น้อยได้บาง ๆ ว่า ทำไมอิครมหาเศรษฐีทั้งหลาย รวมทั้งบิล เกตส์ จึงไม่หยุดหาเงินเสียที ทั้ง ๆ ที่มีสมบัติมหาศาล ขนาดหนึ่งกินนอนกินไป ๗ ชาติก็ยังไม่หมด

แต่ถ้าเราอยากจะได้คำตอบให้มากกว่านี้ ก็น่าจะย้อนถามตัวเองด้วยว่า ทำไมถึงไม่หยุดซื้อแผ่นซีดีเสียทีทั้ง ๆ ที่มีอยู่แล้วนับหมื่นแผ่น ทำไมถึงไม่หยุดซื้อเสื้อผ้าเสียทีทั้ง ๆ ที่มีอยู่แล้วเกือบพันตัว ทำไมถึงไม่หยุดซื้อรองเท้าเสียทีทั้ง ๆ ที่มีอยู่แล้วนับร้อยคู่ แผ่นซีดีที่มีอยู่มากมายนั้น บางคู่ฟังทั้งชาติก็ยังไม่หมด ในทำนองเดียวกัน เสื้อผ้า หรือรองเท้า ที่มีอยู่มากมายนั้น บางคนก็เอามาใช้ไม่ครบทุกตัวหรือทุกคู่ด้วยซ้ำ มีหลายตัวหลายคู่ที่ซื้อมาโดยไม่ใช้เลย แต่ทำไมเรายังอยากจะได้อีกไม่หยุดหย่อน

ใช่หรือไม่ว่า สิ่งที่มีอยู่แล้วในมือนั้นไม่ทำให้เรามีความสุขได้มากกว่าสิ่งที่ได้มาใหม่ มีเสื้อผ้าอยู่แล้วนับร้อยก็ไม่ได้จิตใจสงบปานใดเท่ากับเสื้อ ๑ ตัวที่ได้มาใหม่ มีซีดีอยู่แล้วนับพันก็ไม่ได้ทำให้รู้สึกตื่นเต้นได้เท่ากับซีดี ๑ แผ่นที่ได้มาใหม่ ในทำนองเดียวกันมีเงินนับร้อยล้านในธนาคารก็ไม่ได้ทำให้รู้สึกปลาบ ปลื้มใจเท่ากับเมื่อได้มาใหม่อีก ๑ ล้าน

พูดอีกอย่างก็คือ คนเรานั้นมักมีความสุขจากการได้ มากกว่าความสุขจากการ มี มีเท่าไรก็ยังอยากจะได้มาใหม่ เพราะเรามักคิดว่าของใหม่จะให้ความสุขแก่เราได้มากกว่าสิ่งที่ มี อยู่เดิม

บ่อยครั้งของที่ได้มาใหม่นั้นก็เหมือนกับของเดิมไม่ผิดเพี้ยน แต่เพียงเพราะว่ามันเป็นของใหม่ ก็ทำให้เรารู้สึกพอใจแล้วที่ได้มา จะว่าไปนี่อาจเป็นสัญชาตญาณที่มีอยู่กับสัตว์หลายชนิดไม่เฉพาะแต่ คนมนุษย์เท่านั้น ถาโยนของไก่ให้หมา หมาก็จะวิ่งไปคาบ แต่ถ้าโยนของไก่ชิ้นใหม่ไปให้ มันจะรีบคาบของเก่าและคาบชิ้นใหม่แทน ทั้ง ๆ ที่ทั้งสองชิ้นก็มีขนาดเท่ากัน ไก่หมาตัวไหนก็ตามของเก่าที่มีอยู่ในปากมันหาสนใจเท่ากับของใหม่ที่ได้มา

ถ้าหากว่าของใหม่ให้ความสุขได้มากกว่าของเก่าจริง ๆ เรื่องก็ควรจะจบลงด้วยดี แต่ปัญหาที่คือของใหม่นั้นไม่นานก็กลายเป็นของเก่า และความสุขที่ได้มานั้นในที่สุดก็จางหายไป ผลก็คือกลับมาสู่ "เฉย ๆ" เหมือนเดิม และดังนั้นจึงต้องไล่ล่าหาของใหม่มาอีก เพื่อหวังจะให้มีความสุขมากกว่าเดิม แต่แล้วก็วกกลับมาสู่จุดเดิม เป็นเช่นนั้นไม่รูปร่างาคิดว่าชีวิตเช่นนี้จะมีสุขจริงหรือไม่ ?

เพราะไล่ล่าแต่ละครั้งก็ต้องเหนื่อย ไหนจะต้องชวนขววยหาเงินหาทอง ไหนจะต้องแข่งกับผู้อื่นเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ ครั้นได้มาแล้วก็ต้องรักษาเอาไว้ให้ได ไม่ให้ใครมาแย่งไป แลมันยังต้องเปลืองสมองหาเรื่องไข่มั่นเพื่อให้อีกสักคนคาบ ยิ่งมีมากขึ้นก็ยิ่งต้องเสียเวลาในการเลือกว่าจะใช้อันไหนก่อน ทำนองเดียวกันคนที่มีเงินมาก ๆ ก็ต้องยุ่งยากกับการตัดสินใจว่าจะไปเที่ยวลอนดอน นิวยอร์ก เวกัส โตเกียว มาเก๊า หรือซิดนีย์ดี

ถ้าเราเพียงแต่รู้จักแสวงหาความสุขจากสิ่งที่มีอยู่แล้ว ชีวิตจะยุ่งยากน้อยลงและโปร่งเบามากขึ้น อันที่จริงความพอใจในสิ่งที่เรามีนั้นไม่ใช่เรื่องยาก แต่ที่เป็นปัญหาก็เพราะเราชอบมองออกไปนอกตัว และเอาสิ่งใหม่มาเทียบกับของที่เรา มีอยู่ หากก็เอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับคนอื่น เมื่อเห็นเขามีของใหม่ ก็อยากมีบ้าง คงไม่มีอะไรที่จะทำให้เราทุกข์ได้บ่อยครั้งเท่ากับการชอบเปรียบเทียบกับตัวเองกับคนอื่น การเปรียบเทียบจึงเป็นหนทางลัดไปสู่ความทุกข์ที่ใคร ๆ ก็นิยมใช้กัน

นิสัยชอบเปรียบเทียบกับคนอื่น ทำให้เราไม่เคยมีความพอใจในสิ่งที่ตนมีเสียที แม้จะมีหน้าตาดี ก็ยังรู้สึกว่าตัวเองไม่สวย เพราะไปเปรียบเทียบกับดารารหรือพรินเซสเซอร์ในหนังโฆษณา

การมองแบบนี้ทำให้ "ขาดทุน" สองสถาน คือนอกจากจะไม่มีสุขกับสิ่งที่มีอยู่แล้ว ยังเป็นทุกข์เพราะไม่ได้สิ่งที่อยาก พูดอีกอย่างคือไม่มีความสุขกับปัจจุบัน แลมันยังเป็นทุกข์เพราะอนาคตที่พึ่งปรารถนาก็ยังไม่มาถึง ไม่มีอะไรที่เป็นอุทธาหรณสอนใจได้ดีเท่ากับนิทานอีสปเรื่องหมา คาบเนื้อ คงจำได้ว่า มีหมาตัวหนึ่งไดเนื้อชิ้นใหญ่มา ขณะที่กำลังเดินข้ามสะพาน มันมองลงมาที่ลำธาร เห็นเงาของหมาตัวหนึ่ง (ซึ่งก็คือตัวมันเอง) กำลังคาบเนื้อชิ้นใหญ่ เห็นชิ้นนั้นดูใหญ่กว่าชิ้นที่มันกำลังคาบเสียอีก ด้วยความโลภ (และหลง) มันจึงคายเนื้อที่คาบอยู่ เพื่อจะไปคาบชิ้นเนื้อที่เห็นในน้ำ ผลก็คือเมื่อเนื้อตกน้ำ ชิ้นเนื้อในน้ำก็หายไป มันจึงสูญทั้งเนื้อที่คาบอยู่และเนื้อที่เห็นในน้ำ

บ่อเกิดแห่งความสุขมีอยู่กับเราทุกคนในขณะนี้แล้ว เพียงแต่เรามองข้ามไปหรือไม่รู้จักใช้เท่านั้น เมื่อใดที่เรามีความทุกข์ แทนที่จะมองหาสิ่งนอกตัว ลองพิจารณาสิ่งที่มีอยู่และเป็นอยู่ ไหว่ มิตรภาพ ครอบครัว สุขภาพ ทรัพย์สิน รวมทั้งจิตใจของเรา ล้วนสามารถบันดาลความสุขให้แก่เราได้ทั้งนั้น ขอเพียงแต่เรารู้จักชื่นชม รู้จักมอง และจัดการอย่างถูกต้องเท่านั้น

แทนที่จะแสวงหาแต่ความสุขจากการได้ ลองหันมาแสวงหาความสุขจากการ มี หรือจากสิ่งที่ มี ขึ้นต่อไปคือการแสวงหาความสุขจากการ ให้ กล่าวคือยิ่งให้ความสุข ก็ยิ่งได้รับความสุข สุขเพราะเห็นหน้าตาของผู้อื่นเปลี่ยนเป็นรอยยิ้ม และสุขเพราะภาคภูมิใจที่ได้ทำความดีและทำให้ชีวิตมีความหมาย จากจุดนี้แหละก็ไมยากที่เราจะค้นพบความสุขจากการ ไม่มี นั่นคือสุขจากการปลงเสียวาง ไม่ยึดถือในสิ่งที่มี และเพราะเหตุนี้แหละ แม้ไม่มีหรือสูญเสียไป ก็ยังเป็นสุขอยู่ได้ เกิดมาทั้งที น่าจะมีโอกาสได้สัมผัสกับความสุขจากการ ให้ และ การ ไม่มี เพราะนั่นคือสุขที่สงบเย็นและยั่งยืนอย่างแท้จริง



ขอบคุณธรรมจักร