

## สุขระดับไหน ที่เราต้องการ

นำเสนอเมื่อ : 4 ม.ค. 2552

สุขระดับไหน ที่เราต้องการ

จากการอบรมสู่ชีวิตที่ดีงามและเป็นสุข ในหัวข้อการรู้เท่าทันบริโภคนิยม เมื่อวันที่ 21-23 ตุลาคม 2549

พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ได้กล่าวถึงเส้นโค้งแห่งความสุขว่า ความสุขของมนุษย์จากการบริโภคทรัพย์สินนั้นเหมือนเส้นโค้ง ตัวความสุขนั้นไม่ได้พุ่งสูงขึ้นตามกำลังทรัพย์ในการซื้อหาอย่างที่เราคิด ในทางตรงกันข้ามยิ่งซื้อความสุขยิ่งลดลง ความอยากมีอยากได้ของคนในการหาทรัพย์สินเงินทองมาตอบสนองความสุขของตนนั้น หากไม่รู้จักพอดีความสุขนั้นจะค่อยๆ โค้งตกลงกลายเป็นความทุกข์ที่เขามาแทน

เราสามารถแบ่งความสุขจากการบริโภคทรัพย์สินเป็น 4 ประเภทคือ

- ความสุขแบบอัตคัดขัดสน

ประเภทนี้ขอให้พ้นจากความหิวและมีความปลอดภัยในชีวิต ก็พอใจแล้ว เงิน 10 บาทขึ้นไปก็สามารถซื้อหาความสุขได้

- ความสุขเพราะความสะดวกสบาย

เมื่ออยู่ฐานะตัวเองมาเป็นพอกินพอใช้ นอกจากปัจจัย 4 ที่มีแล้ว ความอยากทำให้เกิดอุปสรรคอำนวยความสะดวกสบายต่างๆ ทำให้มีความสุขตนเองเพิ่มขึ้น เช่น ซื้อทีวี เครื่องเสียง เครื่องเล่น DVD เครื่องซักผ้า ประเภทนี้เงิน 1,000 บาทขึ้นไปจึงจะซื้อหาความสุขได้

- ความสุขเนื่องจากอยู่ดีกินดี

เมื่อมีความมั่นคงในหน้าที่การงาน ชีวิตสะดวกสบายขึ้น การหาความสุขอาจใช้เงินเป็นแสน เพื่อซื้อบ้าน ชี้อรถยนต์

- ความสุขจากการเหลือกินเหลือใช้

ประเภทนี้เมื่อร่ำรวยเงินทองก็จะใช้ชีวิตอย่างหรูหรา ฟุ่มเฟือย ความสุขจะเพิ่มขึ้นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น หากแต่ต้องใช้เวลาหลายปีในการแลกมา โดยส่วนใหญ่เมื่อมาถึงขั้นนี้แล้วไม่ว่าจะใช้เวลาสักเท่าใดก็ไม่ได้มีความสุขมากไปกว่าตอนกินอยู่ตามอัตภาพหรือแบบพอกินพอใช้ได้ ถึงขั้นนี้ความสุขแบบเศรษฐกิจเงินล้านจะมีน้อยกว่าเงิน 10 บาทสำหรับผู้หญิงไทยในประเภทที่หนึ่ง

เปรียบเหมือนเส้นกราฟที่พุ่งขึ้นสู่จุดสูงสุดด้วยการ

หาความสุขสบายจากการทำมาหากินสะสมทรัพย์สินเงินทองจน ร่ำรวย

แต่สักพักเส้นกราฟความสุขจะเริ่มโค้งต่ำลงเพราะความสุขจากทรัพย์สินนั้นมีขีดจำกัด

ความสุขจากทรัพย์สินจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ถ้าเป้าหมายความสุขคือการกินอิมมีที่ซุกหัวนอนหรือม

ความสะอาดสบายตามอัตภาพเท่านั้น แต่ต้องการใช้ทรัพย์สินเพื่อความอยู่ดีกินดี

หรือเพื่อชีวิตร่ำรวยแบบฟุ่มเฟือยแล้ว ความสุขจะลดต่ำลงหรืออธิบายง่ายๆ คือ

เมื่อมีความสุขอยู่ในขั้นสะอาดสบายแล้ว ถ้ายิ่งแสวงหาทรัพย์สินหรือใช้ทรัพย์สินเพิ่มเพื่อให้มีความสุขยิ่งขึ้น

ผลที่ตามมาก็คือความสุขกลับลดลง

เหตุที่ความสุขลดลงก็เพราะ ภาระในการดูแลทรัพย์สินมีมากขึ้นหากเป็นเศรษฐีร้อยล้านเ

เพราะทำธุรกิจการสื่อสาร ก็ต้องดูแลคนงานนับพัน ต้องดูแลคอยเปิดทางให้นักธุรกิจต่างชาติเข้ามาลงทุน

มีภาระต้องหมุนเงินมีไหวขาด มีหนี้ที่ผูกพันกับธนาคาร มีบ้านราคาหลายล้านที่ต้องดูแลรักษา

ยิ่งถ้าเป็นเศรษฐีเพราะเป็นนักการเมืองทุจริตด้วยแล้ว วั ความวิตกกังวลยิ่งเพิ่มขึ้นหลายเท่าตัว

เมื่อความต้องการในเรื่องอำนาจ ชื่อเสียง เกียรติยศ เขามาครอบงำ สิ่งเหล่านี้ล้วนไม่ยั่งยืนจะนำพาไปสู่ทุกข์...

ทุกข์ที่อยู่บนกองเงินกองทอง ทุกข์จากความหวาดระแวง กลัวการที่จะต้องสูญเสียชื่อเสียง อำนาจบารมีของตน

จะสังเกตได้ว่ายากแถมโรคกระเพาะ ยาแก้เครียดและยารักษาความดันจึงขายดีในหมู่นรวย

ดังนั้นเมื่อเสพวัตถุจนสบายถึงจุดหนึ่งแล้วก็ควรหยุด เสพไม่ให้เกิดจุดนั้นไป

หากเราสามารถหยุดเมื่อถึงจุดนั้นได้ เรียกว่า "รู้จักพอดี" จุดพอดี คือจุดที่เรามีความสุขสูงสุด ถ้าเราไม่รู้จักจุดนั้น

เมื่อเสพจนเลยจุดนั้นไป ความสุขก็จะลดลงตามลำดับ หากเรารู้เท่าทันไม่ไหลตามกระแสบริโภคนิยมที่มีฤทธิ์

กระตุ้นภาวะโลภ โกรธ หลง ภายในจิตใจเรา ให้เกิดความอยากมี อยากได้ โดยใช้วิธีคิด

วิธีปฏิบัติตามแนวทางของพุทธศาสนา เช่น การถือศีล ทำสมาธิภาวนา การให้ทาน จะเป็นความสุขที่สงบ มีสติดีมี

เบิกบานใจ ปราศจากขมขื่นขมขื่น ความคาดหวังใดๆ จะเป็นความสุขที่เกิดขึ้นขณะนั้นและยังคงสุขต่อไปหลั

งจากผ่านช่วงเวลาหนึ่งไปแล้ว

ขอขอบคุณ สุทธิรักษ์.คอม