

สุขภาพคือบรมธรรม

“สุขภาพคือบรมธรรม” อาจจะฟังดูแปลก เราลองค่อยๆคุยกันดูโดยตั้งคำถามว่า อะไรคือธรรมะสูงสุดหรือบรมธรรม

คำตอบก็อาจจะมีต่าง ๆ กัน

ชาวพุทธอาจจะตอบว่าคือ “นิพพาน”

ผมขอตอบว่าคือ “การดำรงอยู่ร่วมกันอย่างได้ดุลยภาพระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติแวดล้อม”

ลองคิดดูให้นานๆเถิดครับ ถ้าบรมธรรมไม่ใช่สิ่งที่กล่าวข้างต้น มนุษย์จะเข้าไปสู่ความขัดแย้ง วุ่นวาย ทำลาย วิกฤติ อย่างที่เป็นอยู่ แม้มนุษย์จะศึกษาค้นคว้าเรียนรู้เก่งกาจปานใดก็ตาม ถ้าไม่มีบรมธรรมดังกล่าวเป็นเป้าหมายและเครื่องกำกับแล้ว ไซร์ย่อมหนีจากวิกฤติไปไม่พ้น และไม่มีทางออก

ดุลยภาพ คือความเป็นปกติ ความยั่งยืน สุขภาพ

สุขภาพ คือดุลยภาพ ความไม่สบาย ความป่วย โรค คือการเสียดุลยภาพอย่างใดอย่างหนึ่ง

สุขภาพหมายถึงดุลยภาพของทุกสิ่งทุกอย่าง เช่น ดุลยภาพระหว่างกายกับใจ ดุลยภาพระหว่างร่างกายกับสิ่งแวดล้อม ดุลยภาพระหว่างบุคคลกับสังคม

ถ้าบรมธรรมคือ การดำรงอยู่ร่วมกันอย่างได้ดุลยภาพ สุขภาพกับบรมธรรมคืออย่างเดียวกัน

สุขภาพจึงเป็นอะไรที่ใหญ่กว่าโรงพยาบาล มดหมอหยูกยามาก

จำเป็นต้องนำจินตนาการเรื่องสุขภาพออกจากโรงพยาบาล

โรงพยาบาลเป็นเรื่องของสุขภาพเสีย สุขภาพดีเป็นเรื่องอยู่นอกโรงพยาบาล

สุขภาพดีเป็นเรื่องสำคัญมากและเป็นบรมธรรม เมื่อเป็นบรมธรรมก็เป็นหน้าที่ที่จะต้องเข้าใจ และปฏิบัติ

สุขภาพดีเป็นเรื่องที่จะต้องอยู่ในตัวเอง อยู่ในครอบครัว อยู่ในชุมชน อยู่ในโรงเรียน อยู่ในที่ทำงาน อยู่ในวัด อยู่ในการสื่อสารสาธารณะสุข หรืออยู่ในทุกหนทุกแห่ง คืออยู่ในวิถีชีวิตทั้งหมด ถ้าเป็นบรมธรรมก็ต้องอยู่ในทั้งหมด ถ้าเป็นเฉพาะเทคนิคก็อยู่กับเทคนิคเขียน

ขอท่านทั้งหลายทำความเข้าใจบรมธรรมให้ดี และขอให้บรมธรรมเป็นวิถีชีวิตของท่าน

ประเวศ วะสี

ขอบคุณ
ผู้เขียนทุกท่าน
ที่ช่วยเขียน
เป็นวิทยาทาน