

คุยกับผู้อ่าน

“หมอชาวบ้าน” ฉบับตุลาคมนี้นั้นหนักเรื่องสุขภาพจิต ปัญหาในสังคมเรื่องต่าง ๆ ลงท้ายแล้วก็เป็นเรื่องของความทุกข์ เมื่อมีคนมีความทุกข์มาก ๆ ก็เรียกว่าเป็น **สาธารณทุกข์** แทนที่จะเป็นสาธารณสุข

ความทุกข์ถึงแม้จะเป็นเรื่องของความรู้สึกที่จิต คือ **ทุกข์เวทนา** แต่ก็เป็นที่เกิดจากทั้งทางกายและทางจิต เช่น ถ้าร่างกายได้รับอาหารไม่พอเพียง หรือได้รับบาดเจ็บ ย่อมเกิดทุกข์เวทนาแสนสาหัส ยากที่จะบำบัดได้ที่จิต จริยอยู่ ถ้ามีการฝึกจิตได้ถึงขนาด ย่อมแก้ทุกข์ได้ทุกอย่าง, แต่สำหรับปุถุชนคนธรรมดาทั่วไปแล้วเป็นเรื่องที่จะทำถึงขนาดนั้นได้ยาก คงต้องการการแก้ปัญหาทางกายควบคู่กันไปด้วย เช่น ต้องมีปัจจัย 4 พอเพียงที่ชีวิตร่างกายจะดำเนินไปได้ตามปกติ และป้องกันความเจ็บไข้และอุบัติเหตุร้ายต่าง ๆ อย่าให้ร่างกายต้องลำบากเกินไปนัก เพราะจะทำให้เกิดปัญหาทางจิตและปัญหาสังคมติดตามมามากมายยิ่งนัก

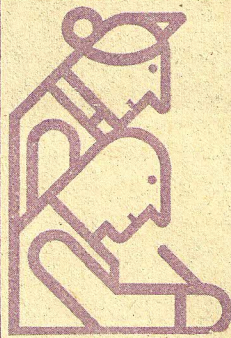
กระนั้นก็ตาม สำหรับผู้ที่ไม่เดือดร้อนเรื่องปัจจัย 4 แล้ว ก็ยังมีความทุกข์เพราะเหตุอื่น ๆ ได้อีกมาก ถ้าสังเกตดูในหน่วยงานทั่ว ๆ ไป มักมีปัญหารื่องสุขภาพจิตเป็นอันมาก ส่วนใหญ่เป็นเรื่องระหว่างบุคคลกับบุคคล มีความหมั่นไส้เกลียดชังระหว่างกันระบอบอยู่ทั่วไป บางครั้ง เวลาและพลังงานส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้ไปในการทำงานดอก แต่ใช้ไปในเรื่องความขัดแย้งระหว่างบุคคล และกับความทุกข์ความหม่นหมองที่ได้รับ นับว่าเป็นเรื่องที่น่าเสียดายยิ่งนัก เพราะ **วัตถุประสงค์** ของการทำงานนั้น นอกจากผลสำเร็จของงานแล้ว **การทำงานควรจะเป็นเครื่องพัฒนาคน** เมื่อทำไปแล้วเราควรเป็นคนดีขึ้น มีความสุขมากขึ้น มิใช่ยังทำยิ่งทุกข์ อย่างที่เป็นอยู่

เมื่อปัญหาทางสุขภาพจิตระบอบมากในหน่วยงานต่าง ๆ จนเป็น **สาธารณทุกข์** ไปเช่นนี้ จึงเป็นเรื่องที่น่าจะต้องหาเหตุและแก้ไขเสีย ส่วนหนึ่งน่าจะเกิดจากระบบ เช่น ระบบราชการ และระบบผลประโยชน์ในสังคม แต่อีกส่วนหนึ่งน่าจะเกิดจากความประมาทในการพัฒนาจิตใจของบุคคล หรือคิดว่าเป็นส่วนที่ไม่ต้องพัฒนา การพัฒนาในทางพุทธศาสนาหมายถึงการลดความโกรธ ความโลภ ความหลง

ชีวิตของเราแต่ละคนช่างน้อยนิดและมีช่วงสั้นเสียเหลือเกิน เมื่อเปรียบเทียบกับความกว้างใหญ่และช่วงเวลานิจนิรันดร์ของจักรวาล แล้วเราจะมาฆัวโกรธเกลียดทุกข์ระทมหม่นหมองกันอยู่ทำไม ทำไมเราไม่กลับมันเสีย คว้าเป็นหงาย ดำเป็นขาว หรือมืดเป็นสว่าง นั่นคือ **ไม่โกรธ ไม่เกลียด และเป็นสุขทุกวัน** ทุกวันเวลาที่ผ่านไปขอให้เราได้ทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ขอให้เราเป็นคนดีขึ้น ๆ ขอให้ความโลภ ความโกรธ และความหลงของเราลดลง ๆ แล้วเราก็จะเป็นคนมีความสุขมากขึ้น ๆ ●

ปรี:๖๘๐:๕

คณะที่ปรึกษา



สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ม.ล.เกษร สนิทวงศ์

ศาสตราจารย์ นายแพทย์อุดม โปษะกฤษณะ

ศาสตราจารย์ นายแพทย์เสม พริ้งพวงแก้ว

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประกอบ ตู้จินดา

ศาสตราจารย์ นายแพทย์วชิกร วิธานุรัตน์

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ร่มไทร สุวรรณิก

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ศรित्र วนิเกียรติ

ศาสตราจารย์ นายแพทย์อาวุธ ศรีศุกรี

ศาสตราจารย์ นายแพทย์จรจิต บุรี

ศาสตราจารย์ นายแพทย์กวี ทั้งสุบุตร

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ทองจันทร์ หงส์ลดาภิรมย์

รองศาสตราจารย์ นายแพทย์เทพพนม เมืองแมน

รองศาสตราจารย์ นายแพทย์อนุวัตร ลิ้มสุวรรณ

นายแพทย์อุทัย สุดสุข

นายแพทย์อริน สารพร

ดร.โกวิท วรพิพัฒน์

นายบรรลุ แสงสิงแก้ว

นายมีชัย วีระไวทยะ

อาจารย์บุญชู ธรรมทัศนานนท์

อาจารย์พงศ์พันธ์ อันตะวิภาณนท์

อาจารย์วิทยา เทียนจวง

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด

นายภิญโญ พนมไชย

ที่ปรึกษาฝ่ายศิลป์

นายเชาว์ จงม้นคง

นายอนันต์ อนุศาสนะนันท์

ที่ปรึกษากฎหมาย

นายแพทย์วิฑูรย์ อังประพันธ์