



คุยกับผู้อ่าน

ความสุขแบบฉบับพลัน

เราเคยคุยกันมาหลายครั้งแล้วว่า สุขภาพคือสภาวะที่สมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ ซึ่งก็หมายถึงความถูกต้องทุกๆ ทาง ทั้งทางวัตถุ ทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม ความถูกต้องก็คือธรรมะ ความถูกต้องทุกๆ ทางก็คือความถูกต้องสูงสุด ความถูกต้องสูงสุดก็คือบรมธรรม สุขภาพก็คือบรมธรรม หรือความดีสูงสุด



ความดีประกอบด้วย การคิดดี พูดดี และทำดี การคิดดี พูดดี และทำดี จึงเป็นสุขภาพหรือเป็นไปเพื่อสุขภาพ คนเราต้องคิด ต้องพูด และต้องทำอยู่ทุกวัน หรือเป็นปกติวิสัย การคิดดี พูดดี และทำดีเป็นปกติวิสัย ก็จะทำให้มีสุขภาพเป็นปกติวิสัย

ทุกคนล้วนต้องการความสุขแต่ก็มีความทุกข์ เพราะไม่เข้าใจและไม่ชำนาญในการสร้างความสุข ทั้งๆ ที่ความสุขเป็นยอดปรารถนาของทุกคน แต่เราไม่เรียนวิชาสร้างความสุข เราเรียนอย่างอื่นสารพัด แต่ไม่เรียนวิธีสร้างความสุข

สมัยนี้มักจะมีอะไรๆ ที่ทำได้ทันที หรือ "อินสแตนต์"(instant) เช่นอินสแตนต์คอฟฟี่ อินสแตนต์มะตูม เราจะมี "อินสแตนต์แฮปปิเนส" หรือความสุขฉบับพลันกันได้บ้างหรือไม่

สิ่งที่เร็วที่สุดคือการคิด ถ้าคิดถูกต้องความสุขเกิดขึ้นทันที เราน่าจะเรียนวิธีคิดที่ถูกต้องกันบ้างดีไหม จะได้เกิดความสุขแบบฉบับพลันทันที

ประเวศ วะสี

ขอบคุณ ผู้เขียนทุกท่านที่ช่วยเขียนเป็นวิทยาทาน