

บทวิจารณ์หนังสือ : Book reviews

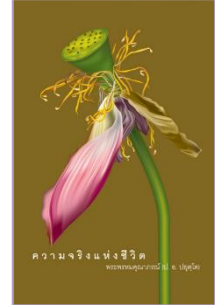
“ความจริงแห่งชีวิตและช่วยให้ตายเร็ว หรือช่วยให้ตายดี”*

ผู้เขียน : พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)

ปีที่พิมพ์ : 2549

จำนวนหน้า : 56 หน้า

สำนักพิมพ์ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด



พระครูอุทุมพรภักตธรรม (กตปุญญ์/ผ่นผ่น),

พระมหาดาวสยาม วชิรปัญโญ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

PhraKhuuthumpornphatharatham (Katapunyo/Phonphan),

Phramaha Daosayam Vajirapañño

Mahachulalongkornrajavidyalaya University. Khon Kaen Campus. Thailand

E-mail: kanjanasiri.chonticha@gmail.com

บทนำ

หนังสือเรื่อง “ความจริงแห่งชีวิตและช่วยให้ตายเร็ว หรือช่วยให้ตายดี” พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) เป็นผู้แต่งหนังสือ ท่านได้นำเอาแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักการทางพระพุทธศาสนามาอธิบายเพื่อการประยุกต์ใช้ เพื่อให้เข้าใจความจริงแห่งชีวิตและช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดีที่มนุษย์พึงได้ในชีวิตนี้ มารวมบรรยายไว้ในหนังสือเล่มนี้ ตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่เปรียบมิได้แก่ชาวโลก ที่ทรงแสดงหนทางไปสู่พระนิพพาน ดังปรากฏอยู่ในหลักพุทธธรรม เป็นสิ่งที่ไม่ใช่ทุกคนที่จะเข้าถึงความหมายตามเนื้อหาได้ ผู้เขียนได้ขยายความ เรื่อง นิพพาน ผู้บรรลุนิพพาน ที่เป็นสิ่ง ที่เข้าใจได้ยากให้ผู้อ่านทุกระดับสามารถอ่าน ศึกษาและทำความเข้าใจได้ง่ายขึ้น เป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อเข้าสู่นิพพาน หรือเพื่อได้ประโยชน์อันสูงสุดในชีวิต

สำหรับหนังสือเล่มนี้ มีชื่อเรื่องของหนังสือน่าสนใจ ชวนให้อ่าน และเมื่อได้อ่านเนื้อหาที่อัดแน่นอยู่ภายในเล่ม ยิ่งเพิ่มความสนใจเป็นเท่าทวีเพราะเป็นเนื้อหาที่ชาวพุทธทุกคนต้องอ่านและศึกษาให้เข้าใจ ดังนั้นผู้วิจารณ์จึงมีความประสงค์ที่เลือกวิจารณ์หนังสือเรื่องนี้ เพื่อศึกษามุมมองของผู้เขียน ในหนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิตและช่วยให้ตายเร็ว หรือช่วยให้ตายดี” มุ่งให้เข้าใจง่าย และเพื่อวิจารณ์เนื้อหาสาระ ให้เห็นถึงคุณค่าของหนังสือในด้านต่างๆ ทั้งด้านโครงสร้าง และการอธิบายเนื้อหาสาระของหนังสือ สำหรับผู้อ่านใช้เป็นคู่มือแห่งการดำเนินชีวิต และนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ในปัจจุบันนี้

*ได้รับบทความ: 20 ส.ค. 2563; แก้ไขบทความ: 14 ธ.ค. 2563; ตอปรับตีพิมพ์: 30 ธ.ค. 2563

โครงสร้างหนังสือ

หนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิตและช่วยให้ตายเร็ว หรือช่วยให้ตายดี” ตีพิมพ์รวมเล่มครั้งแรกในเดือนสิงหาคม พุทธศักราช 2549 แจกเป็นธรรมทาน จำนวน 3,000 เล่ม โครงสร้างของหนังสือแบ่งออกเป็นเรื่องใหญ่ๆ 2 เรื่อง ได้แก่ 1) ความจริงแห่งชีวิต และ 2) ช่วยให้ตายเร็ว หรือช่วยให้ตายดี

เนื้อหาโดยย่อ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2549: 1) ท่านได้บรรยายลำดับของเนื้อเรื่องบางตอนใหม่ มุ่งให้เข้าใจง่าย ซึ่งมีเนื้อหาโดยย่อเกี่ยวกับเรื่อง “ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี” ดังนี้

1. ความจริงแห่งชีวิต

1) ปฏิบัติต่อบุพการี โดยทำหน้าที่ให้ถูกรณธรรม

การบำเพ็ญกุศล ที่มีการทำความดีต่างๆ บำเพ็ญหน้าที่ต่อกัน ท่านเรียกว่าเป็นการบำเพ็ญญาติธรรม คือธรรมต่อญาติ หรือพูดง่ายๆ ว่าเป็นหน้าที่ต่อญาติ คือ คนเรานั้นที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกัน เป็นญาติพี่น้องกันก็ย่อมมีหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติต่อกันในยามมีชีวิตอยู่ หน้าที่ต่อกันก็เป็นไปต่างๆ สุดแต่ว่าจะดำรงอยู่ในฐานะแห่งความสัมพันธ์อย่างไหน เช่น เป็นบิดามารดา หรือเป็นพี่เป็นน้อง เป็นญาติเป็นมิตร เป็นครูอาจารย์ เป็นต้น เราก็ปฏิบัติไปตามหน้าที่ที่สมควรกับความสัมพันธ์อันนั้น เป็นหน้าที่ส่วนที่มนุษย์เราจะต้องปฏิบัติอยู่แล้ว ซึ่งเรียกว่าญาติธรรม รวมไปถึงมิตรธรรม และสังฆธรรม คือการสงเคราะห์กันในหมู่ชาวโลก โดยเฉพาะสำหรับท่านผู้มีพระคุณ เป็นบุพการี เป็นบิดามารดานั้น การกระทำที่เป็นการปฏิบัติในญาติธรรมนี้ยังเรียกว่าเป็นการแสดงความกตัญญูต่อกฎเกณฑ์อีกประการหนึ่งด้วย ถือว่าเป็นการแสดงน้ำใจระลึกถึงพระคุณของท่านและไม่ได้ทอดทิ้งท่านเมื่อท่านยังอยู่เราก็แสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อโดยทางวัตถุสิ่งของและการแสดงออกที่เป็นรูปธรรม ซึ่งเรียกว่าเป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า

2) บททดสอบใจและเตือนให้นึกถึงความจริง

เรื่องของชีวิตที่มีความเกิดขึ้นและมีความสิ้นสุด ว่าตามคติทางพระศาสนาก็เป็นเรื่องธรรมดา แต่เป็นธรรมดาในส่วนที่มนุษย์เราไม่ชอบใจ คือเป็นส่วนอนิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา มันก็เป็นสิ่งสุดวิสัยที่จะไปห้ามปรามกีดกันได้ มันจะต้องเกิดขึ้นแน่นอนเพราะเป็นกฎธรรมชาติ เมื่อมันยังไม่เกิดเราก็ไม่อยากจะให้เกิด แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว เราก็จะต้องยอมรับความจริงการยอมรับความจริงนี้ ถ้าเอามาใช้ในทางธรรมก็กลายเป็นบททดสอบจิตใจสามารถถือเอาประโยชน์จากสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น แต่สำหรับผู้ที่ได้พัฒนาตนเองแล้ว รู้จักฝึกฝนตนเองและนำธรรมมากล่อมเกลาคจิตใจ ได้รู้คติธรรมดาของสิ่งทั้งหลาย ก็จะปฏิบัติด้วยความรู้เท่าทัน ถ้าสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้น เป็นสิ่งที่ตึงามน่าพอใจ ก็ยินดีพึงพอใจตามสมควรแก่ธรรม แต่ไม่หลงระเริงไป หรือถ้ามีสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาเกิดขึ้น เช่นมีการสูญเสีย หรือการพลัดพราก เป็นต้น ก็จะทำใจได้

รวดเร็ว โดยรู้เท่าทันคตินิยมดา ไม่เศร้าโศกจนเกินไป แล้วก็แน่วแน่จิตใจไปในทางที่เป็นการปฏิบัติเพื่อให้จิตใจงอกงามยิ่งขึ้น

3) รู้ความจริงของธรรมดา แต่ได้ประโยชน์มหาศาล

กฎธรรมดาเป็นความจริง ที่เราทั้งหลายจะต้องรู้ไว้เพราะมีแต่ประโยชน์ แม้จะเป็นกฎธรรมดาในส่วนที่ไม่ถูกใจเราไม่น่าปรารถนา เราก็ต้องรู้ เพื่อจะปฏิบัติให้ถูกต้อง ความรู้กฎธรรมดาหรือความจริงของสิ่งทั้งหลายตามธรรมดานี้ อาจแบ่งง่ายๆ ว่ามีประโยชน์ได้ 3 ชั้น ได้แก่ ชั้นที่ 1 เป็นประโยชน์สำหรับที่จะปฏิบัติตามได้ถูกต้อง เพื่อจะดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยดี มิให้เกิดทุกข์โทษภัย ชั้นที่ 2 เป็นประโยชน์ในการที่จะนำมาใช้ มาจัดมาทำหรือสร้างสรรค์อะไรของเราเอง ให้สำเร็จประโยชน์ขึ้นมาตามต้องการชั้นที่ 3 เป็นประโยชน์ในทางความรู้เท่าทันที่จะดำเนินชีวิตดำเนินใน ทำให้รู้จักวางท่าทีของจิตใจได้ถูกต้อง ทำให้มีความสุขและไร้ทุกข์อย่างแท้จริง แต่ในทางพุทธศาสนานั้น ท่านให้มองเห็นต่อไปด้วยถึงความจริงของธรรมดาที่มีอยู่ในทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งรวมทั้งชีวิตของเราด้วย เราจะต้องมองเห็นความเปลี่ยนแปลง ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยของชีวิตของเราเองนี้ด้วย ถ้าเราได้เกิดความรู้ตระหนักถึงความจริงนี้ โดยโน้มเข้ามาหาชีวิตของเราแล้ว เราจะเกิดความรู้สึกใหม่ๆ ขึ้นมา ที่ทำให้มีความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต แล้วก็มีความรู้สึกที่จะทำใจ ตั้งใจให้ถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลาย แม้ต่อชีวิตของเราเอง

4) แสวงรสต่างๆ มากมายแต่สุดท้ายก็จบที่รสจิตของความจริง

การรู้เข้าใจในเรื่องความเปลี่ยนแปลง ที่เป็นไปต่างๆ นั้นสาระสำคัญอยู่ที่ไหน การที่สิ่งทั้งหลายมีความเปลี่ยนแปลงนั้นตัวสำคัญของมัน ที่เป็นจุดแกนเป็นเนื้อหาเป็นสาระแท้ๆ ของความเปลี่ยนแปลง ก็คือการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป หรือพูดให้สั้นที่สุดเหลือแค่คำว่า เกิดขึ้นดับไปๆ พระพุทธศาสนานั้นสอนให้เผชิญหน้ากับความจริงให้ยอมรับความจริง ในที่สุดแล้วคนเราต้องอยู่กับความจริง หนีความจริงไม่พ้น ถ้าเราทำจิตใจของเราให้อยู่กับความจริงได้ตลอดเวลาแล้ว ความจริงที่เกิดขึ้นนั้นก็จะไม่กระทบกระเทือนจิตใจของเรา แต่ถ้าเราไม่ยอมรับมัน ความจริงก็ต้องเกิดอยู่ดี และเพราะเราไม่ยอมรับมัน มันก็เลยกระทบกระเทือนตัวเรามาก ความทุกข์ก็เกิดขึ้นมามาก เรียกว่าเป็นความทุกข์สองชั้น คือ ทุกข์เพราะความดับที่ต้องเจอต้องเจอเป็นความจริงตามธรรมดาเมื่อถึงเวลานั้น แล้วยังทุกข์ด้วยหวาดผวาละเหวี่ยงตลอดเวลา ก่อนที่ความจริงนั้นจะมาถึงอีกด้วย

5) สุขแบบเคลือบตาข้างนอก กับสุขด้วยสติข้างใน คนจำนวนมากยังมีปัญหา แม้ว่าจะมีความรู้ในกฎธรรมดาความรู้นั้นก็จะมีประโยชน์เพียงว่ามาช่วยให้เขาทำอะไรได้มากขึ้น แต่การทำได้มากขึ้นนั้น อาจมีความหมายได้ 2 นัย ได้แก่ นัยหนึ่งคือ มีการสนองกิเลสได้มากขึ้น เมื่อมีการสนองกิเลสมากขึ้น ก็จะมีการเบียดเบียนกันมากขึ้น มีความวุ่นวายมากขึ้น อีกนัยหนึ่ง คือ ในแง่ของตัวเองก็จะเป็นไปในทางที่ว่า จะมีความสนุกสนานเพลิดเพลินมากขึ้น อาจจะมัวเมาและสยบเป็นทาสของวัตถุมากขึ้น และในเวลาทุกข์ก็ทุกข์มากขึ้นด้วย

6) ถึงแม้จะอะไรจะเปลี่ยนแปลงผันผวนไปก็ต้องรักษาสมบัติแท้ของเราไว้ให้ได้

คนดีที่พึงปรารถยานั้นเป็นผู้ปฏิบัติถูกต้องเริ่มแต่การรู้เท่าทัน เมื่อรู้เท่าทันความจริง และการรู้เท่าทันนั้นมีผลต่อจิตใจ ที่จะทำให้จิตใจนั้น มีความสว่าง มีความเบิกบาน ไม่วุ่นวาย ไม่สับสน ความรู้เท่าทันพุทธศาสนิกชนต้องการมีชีวิตที่ดีงาม จะต้องพยายามสร้างสภาพจิตใจที่ดี คือ 1. ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ ให้มีอยู่เสมอ 2. ปีติ ความอิ่มใจ ปลื้มใจ 3. ปัสสทธิ ความผ่อนคลายกายใจ สงบเย็น 4. สุข ความโปร่งชื่นคล่องใจ ไม่มีอะไรบีบคั้นใจ 5. สมาธิ ความมีใจแน่วแน่ อยู่กับสิ่งที่ต้องการ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วุ่นวาย ไม่สับสน ไม่มีอะไรบกวนเราต้องถือว่า สภาพจิตเหล่านี้เป็นสมบัติที่ดีมีค่ายิ่ง เราต้องทำให้มีอยู่ในใจเสมอ มันดียิ่งกว่าสมบัติภายนอกทั้งหลาย

2. ช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี

1) ตายดีคืออย่างไร และสำคัญอย่างไร

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเชื่อว่า การสิ้นสุดของชีวิตที่เรียกว่าความตายนั้น อย่างไรก็ตามการตายที่ดีหมายความว่าในการดำเนินชีวิตที่ดีนั้น การสิ้นสุดของชีวิตก็ถือว่าเป็นตอนที่สำคัญที่ว่าตายดีนั้น ไม่ใช่เฉพาะตายแล้วจะไปสู่สุคติเท่านั้น แต่ขณะที่ตายก็เป็นจุดสำคัญ ที่ว่าต้องมีจิตใจที่ดี คือมีสติ

2) แม้ถึงวาระสุดท้ายมนุษย์ก็ไม่หมดโอกาสที่จะได้สิ่งดีที่สุดในชีวิต

พุทธศาสนาถือว่า ชีวิตคนมีโอกาสดตลอดเวลา จนถึงวาระสุดท้าย แม้แต่จะบรรลุประโยชน์สูงสุดของชีวิต ในขณะที่ดับจิต โดยเฉพาะการบรรลุธรรมซึ่งถือว่าเป็นประโยชน์ยอดสุดของชีวิต เรียกว่าก็การบรรลุนิพพานนั้นแม้แต่ป่วยไข้กำลังจะตายก็มีโอกาส มนุษย์จึงมีโอกาสนจนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิต ไม่มีอะไรจะได้แล้วก็ยังสามารถได้สิ่งสูงสุดของชีวิต ดังมีท่านที่บรรลุธรรมในขณะที่จิตสุดท้ายตอนจะดับ คือบรรลุธรรมสูงสุดพร้อมกับสิ้นชีวิต

3) ต้องยอมรับว่าเรายังรู้ไม่เพียงพอต่อความจริงของธรรมชาติจึงต้องปฏิบัติการด้วยความไม่ประมาท

ท่านได้กล่าวถึงในปัญหาซับซ้อนสืบเนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเจริญก้าวหน้าก็จริง แต่พร้อมกันนั้นอาจจะเปราะบางเพราะความไม่สมดุลในความเจริญนั้นด้วย จึงทำให้เกิดปัญหาขึ้นมาพูดในแง่หนึ่งคล้ายๆ กับว่าเทคโนโลยีนั้นเจริญมาก ได้สร้างอุปกรณ์มาช่วยยืดชีวิตคน แต่ในเวลาเดียวกันอีกด้านหนึ่งวิทยาศาสตร์กลับเจริญไม่พอที่จะให้ความรู้เกี่ยวกับชีวิตของคนคือแม้ว่าวิทยาศาสตร์จะเจริญ แต่ความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติที่วิทยาศาสตร์ค้นพบมา ยังไม่เพียงพอที่จะให้คำตอบที่ชัดเจนว่าชีวิตคืออะไร ความตายเป็นอย่างไร ชีวิตจะดับสิ้นเมื่อไรแน่ ลักษณะอย่างหนึ่งของการที่จะอยู่อย่างไม่ประมาท คืออาจจะพูดเป็นสองชั้นว่า ในขั้นนี้เราทำได้เท่านี้ แต่เราเผื่อใจไว้พร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงต่อไป ซึ่งจะทำให้ต้องมีการศึกษา ต้องมีการพัฒนาปัญญาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

4) การรู้ความจริงของธรรมชาติ กับการตัดสินใจปฏิบัติเพื่อสนองความต้องการของมนุษย์

กล่าวถึงเรื่องของมนุษย์ที่จะต้องใช้ปัญญาในการนำหลักการทั่วไปมาใช้ให้เข้ากับเรื่องเฉพาะกรณี เมื่อไม่มีสูตรสำเร็จปัญญาก็ต้องเข้ามา เพื่อพิจารณาที่จะทำให้ดีที่สุดในกรณีนั้นถ้าว่าตามทางพุทธศาสนา เราต้องแยกเรื่องเป็น 2 ระดับ ระดับที่ 1 คือหลักการที่เป็นความจริงของธรรมชาติ ระดับที่ 2 คือการสนองความต้องการของมนุษย์ว่า เมื่อรู้ความจริงนั้น หรือมีความจริงเท่าที่รู้ การรู้ความจริงของธรรมชาติว่าเป็นอย่างไร

5) หลักการใหญ่: ปฏิบัติการด้วยเจตนาดีที่สุดบนฐานแห่งปัญญาที่รู้ถ่องแท้ที่สุด

อธิบายถึงการรู้ความจริงนั้นเป็นคุณสมบัติข้อหนึ่งของมนุษย์ที่สำคัญมาก เป็นคุณสมบัติที่ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษคือ ปัญญา มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีภูมิปัญญา และปัญญานี้ก็พัฒนาได้ จนกระทั่งถึงที่สุดเป็นโพธิ คือความตรัสรู้ ซึ่งเป็นการเข้าถึงความจริงแท้ ปัญญาเชื่อมมนุษย์เข้ากับความจริงของธรรมชาติ และเมื่อมนุษย์มีปัญญา รู้ความจริงของธรรมชาติแล้ว ก็จะช่วยให้เจตนาในการเลือกตัดสินใจของมนุษย์นั้นทำได้ดีที่สุดด้วย เพราะฉะนั้นจึงขอให้เรามีเจตนาที่เกิดจากพื้นฐานของปัญญาที่ดีที่สุด พร้อมทั้งมีความไม่ประมาทที่จะพัฒนาปัญญานั้นต่อไปจนกว่าจะเป็นปัญญาที่สมบูรณ์

บทวิจารณ์

1) ด้านโครงสร้างของหนังสือ

หนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี” ผู้เขียนต้องการถ่ายทอดถึงหลักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามหลักการตามพระพุทธศาสนาทั้งในปัจจุบันและหลังความตาย ซึ่งได้มีการแบ่งโครงสร้างเป็นเรื่องใหญ่ๆ ทั้งหมด 2 เรื่อง ได้แก่ 1) ความจริงแห่งชีวิต 2) ช่วยให้เกิดตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี

ผู้วิจารณ์เห็นว่า การจัดโครงสร้างของหนังสือมีความเหมาะสม ด้วยการแบ่งเนื้อหา ที่ลงตัว ลำดับการนำเสนอเนื้อหาเป็นลำดับนั้นตอนได้ชัดเจน โดยเริ่มจากการจัดทำสารบัญ นำเนื้อเรื่องใหญ่ มาเป็นบทเรื่อง แล้วเนื้อหาย่อยละเอียดลงไปถึงระดับของเนื้อหาย่อยๆ เรียงลำดับจากเรื่องง่ายๆ สู่เรื่องที่ทำความเข้าใจยาก ซึ่งผู้เขียนกำหนดการเดินทางหรือเนื้อหาในแต่ละบทให้มีความสอดคล้อง เนื้อหาที่มีความร้อยรัด มีการสืบต่อเนื่องกันจากเรื่องแรกจนถึงเรื่องสุดท้าย และหนังสือเล่มนี้อธิบายประกอบเนื้อหาที่อยู่ในเรื่องที่มีความเข้าใจได้ยาก อธิบายให้ผู้อ่านได้ทำความเข้าใจให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นผลงานทางวิชาการที่ดี กล่าวคือ มีเนื้อหาสาระทางวิชาการ ที่มีลักษณะคุณภาพ 3 องค์ประกอบพร้อมด้วย คือ ก่อให้เกิดความรู้ใหม่ มีการวิเคราะห์หรือสังเคราะห์ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้หรือมีผลกระทบ ต่อการพัฒนาชุมชน สังคมหรือประเทศซึ่งเป็นจุดเด่นของหนังสือเล่มนี้ อ่านจบในเล่มเดียว ตลอดจนขนาดของรูปเล่มที่ จัดพิมพ์ขนาดของเล่มไม่ใหญ่เกินไป เหมาะสำหรับการหยิบจับ สะดวกในการพกพาไปอ่านได้ทุกที่ ทุกเวลา เพื่อให้ผู้อ่านติดตามอ่านเนื้อหาที่อัดแน่นอย่างได้อรรถรส ที่ผู้เขียนได้เรียบเรียงร้อยรัดไว้อย่างดี

2) ด้านเนื้อหาและคุณค่าวรรณกรรม

หนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี” เนื้อหาเกี่ยวกับประโยชน์สูงสุดที่มนุษย์จะพึงได้ในชีวิตนี้ ผู้เขียนได้เรียบเรียงเนื้อหา และเขียนในลักษณะที่น้อมอรรถของสมเด็จพระพุทธเจ้า ที่ทรงแสดงไว้ลงมาหาผู้อ่านทุกระดับให้เข้าใจในเนื้อหาโดยง่าย และได้จัดเรียบเรียงลำดับขั้นตอนของเนื้อหาจากเรื่องที่ต้องทำความเข้าใจเบื้องต้นไปตามลำดับ ซึ่งผู้วิจารณ์จะขอแยกแยะให้เห็นเป็นประเด็นสำคัญที่พบได้ในหนังสือเล่มนี้ ดังนี้

มนุษย์ในสังคมจะมีความสุขอย่างแท้จริงได้ต้องดำเนินชีวิตถูกต้อง ดังาม คือ ต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตตนเอง ต่อผู้อื่น ต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งต่อเทคโนโลยีต่างๆ การดำเนินชีวิตมองในแง่หนึ่งก็คือ การประกอบกิจกรรมหรือกระทำการงานต่างๆ โดยเคลื่อนไหวแสดงออก เป็นพฤติกรรมทางกายบ้าง ทางวาจาบ้าง ทางใจบ้าง เรียกว่า ทำ พูด คิด การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ผลดีก็คือการรู้จักทำ รู้จักพูด รู้จักคิด หรือที่เรียกว่า ทำเป็น (รวมทั้งผลเป็น) พูดเป็น (สื่อสารเป็น) และคิดเป็น (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2547:3) ในบรรดาการกระทำการงานต่างๆ การรู้จักคิดหรือคิดเป็น เป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในการรู้จักดำเนินชีวิตหรือดำเนินชีวิตเป็น แล้วคิดอย่างไรจึงจะเรียกว่า การรู้จักคิด หรือคิดเป็นหลักคำสอนในพระพุทธศาสนา เน้นพฤติกรรมทางจิต ซึ่งเกี่ยวข้องกับกระบวนการรับรู้ กระบวนการคิด รวมทั้งกระบวนการที่อยู่เหนือการคิด จิตเป็นผู้นำในทุกกรณีบุคคลจะถูกจิตชักจูงไปถ้าจิตดีก็จูงใจไปในทางที่ดี ถ้าจิตไม่ดีก็จูงใจไปในทางเสีย จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องฝึกจิต เมื่อฝึกฝนจิตดีแล้วบุคคลจะอยู่อย่างมีความสุขการที่จะฝึกฝนจิตให้ได้ต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย หรือ มีความคิดโดยแยบคาย ด้วยพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการรู้แจ้งทั้งทางหลักธรรมและการปฏิบัติธรรม อันประกอบด้วย การเรียนรู้ ฝึกฝน พัฒนาค้นหาให้สอดคล้องกับจุดหมายระยะยาวแห่งความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ธรรมเป็นเรื่องละเอียดมาก เพราะธรรมเป็นเรื่องของสัจจะ โดยเฉพาะที่เป็นนามธรรมที่เป็น จิต เจตสิก ที่ไม่สามารถเห็นได้ด้วยตาแต่ต้องเห็นได้ด้วยตา คือ ปัญญาของบุคคลนั่นเองเพราะฉะนั้น จึงไม่สามารถตัดสินความดี ไม่ดี ด้วยเพียงเห็นในการกระทำภายนอกเท่านั้น แม้แต่บุพพการี และกตัญญูกตเวที ก็ต้องไม่พ้นจากเรื่องของจิต เจตสิก ที่เป็นนามธรรมที่สำคัญ บุพพการีและกตัญญูกตเวที จะต้องเป็นสิ่งที่ดีคือ เป็นจิตที่ดี เป็นกุศลจิตที่เกิดขึ้นจึงจะเป็นบุพพการี และ ถือว่าความกตัญญูเป็นคุณธรรมที่สำคัญ และมีความจำเป็น เพื่อสอนให้ลูกรู้จักความกตัญญูต่อ บิดามารดาไม่ประทุษร้ายมารดา ไม่ทำให้พ่อแม่เข้าใจ เจ็บไข้ดูแล ช่วยเหลือกันเมื่อพ่อแม่ต้องการ (พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญา นันทภิกขุ), 2536: 6-7)

ส่วนแนวคิดช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดีนั้น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) อธิบายชี้ให้เห็นความตายเป็นปลายสุดของชีวิตนี้ การเตรียมตัวตายจะต้องเริ่มต้นตั้งแต่ยังมีชีวิตอยู่ ซึ่งมีความสำคัญอย่างมาก เพราะความตายไม่ใช่จุดสิ้นสุดของชีวิต แต่เป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตใหม่ในโลกหน้า ถ้ามีชีวิตที่มีความพร้อม มีการสร้างกุศลอยู่เป็นประจำ ความตายก็ไม่ใช่น่าหวาดงุนงง ดังนั้น จึงควรเตรียมตัวตาย เมื่อตายจากโลกนี้ไป

แล้วจะได้ไปสู่สุคติภูมิที่ดี ด้วยการทำความดีทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงวิธีเตรียมตัวตาย ถึงแม้จะยังไม่สามารถปฏิบัติจนถึงขั้นละการเวียนว่ายตายเกิดได้ แต่ก็สามารถนำมาปฏิบัติเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับความตายที่จะมาถึง และเพื่อมุ่งสู่ชีวิตหลังความตายที่เป็นสุคติภูมิ การเตรียมความพร้อมเช่นนี้ เมื่อความตายเข้ามา ย่อมมีสติ ไม่หวั่นไหว ด้วยความไม่ประมาท คือ ความไม่ปราศจากสติ การดำเนินชีวิตที่มีสติเป็นเครื่องกำกับ ความประพฤติปฏิบัติทุกอย่าง ระวังระวังไม่ให้ตนเองถลาลงไปในทางเสื่อม ซึ่งจะนำไปสู่การประกอบกรรมชั่ว ขณะเดียวกันก็ไม่ยอมพลานโอกาสที่จะกระทำความดีงามและความเจริญก้าวหน้าตระหนักในสิ่งที่พึงทำและ พึงละเว้น ใส่ใจสำนึกในหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ ไม่ปล่อยปละละเลยกระทำด้วยความรอบคอบให้รู้ด้นหน้าไม่ หยุดยั้ง โดยมีความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุม

ในมุมมองของผู้วิจารณ์ ที่ผู้เขียนนำแนวทางหลัก 3 ประการ คือ ภาวะทางปัญญา ภาวะทางจิต และ ภาวะทางความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตของการพัฒนาที่แท้จริงในทางพุทธธรรม จะต้องเอื้ออำนวยให้แต่ละคนตระหนักถึงสายสัมพันธ์ที่ตนมีต่อสังคมและธรรมชาติ อันตนจะต้องเกื้อกูลปัจจัยแวดล้อมดังกล่าวให้ เป็นไปด้วยดี โดยไม่เอาผลประโยชน์ส่วนตนเป็นเกณฑ์ พร้อมกันนั้นการพัฒนาจะต้องมีธรรมะเป็นพื้นฐาน อำนวยให้เกิดคุณค่าในทางมนุษยธรรม เมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และความยุติธรรม (พระไพศาล วิสาโล, 2533: 18-19) ซึ่งเป็นวิธีการเตรียมตัวตายเพื่อไปสู่สุคติ ถึงแม้จะยังไม่สามารถปฏิบัติจนถึงขั้นละการ เวียนว่ายตายเกิดได้ แต่ก็สามารถนำมาปฏิบัติเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับความตายที่จะมาถึง และเพื่อมุ่งสู่ ชีวิตหลังความตายที่เป็นสุคติภูมิ การเตรียมความพร้อมเช่นนี้ เมื่อความตายเข้ามา ย่อมมีสติ ไม่หวั่นไหว สามารถระลึกถึงกุศลอาสนกรรมตอนใกล้จะตายได้ ซึ่งมีวิธีการปฏิบัติ ได้แก่ แนวทางปฏิบัติด้วยความไม่ ประมาท แนวทางปฏิบัติด้วยความมีสติ การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ การมีดำริมั่นคงดี และการรักษาจิตของตนไว้ นอกจากนี้ยังมีวิธีการเตรียมตัวตายอีกวิธีหนึ่งที่ได้ผล คือ วิธีการเจริญมรณสติ

ประเด็นที่ถือว่าเป็นข้อเด่นที่น่าสนใจมากที่สุดของหนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตาย เร็วหรือช่วยให้ตายดี” คืองานเขียนที่นำมาถ่ายทอดการดำเนินชีวิตของพระพุทธศาสนา ก็คือ การมีชีวิตอยู่ และการเตรียมตัวตาย ประโยชน์สูงสุดที่มนุษย์จะพึงได้ในชีวิตนี้ ผู้เขียนได้เรียบเรียงเนื้อหา ลำดับขั้นตอนของ เนื้อหา และเขียนอธิบายพุทธพจน์ในลักษณะที่น้อมอรรถของสมเด็จพระพุทธเจ้าที่ทรงแสดงไว้ลงมาหาผู้อ่าน ทุกระดับได้เข้าใจในเนื้อหาได้ง่ายขึ้น ซึ่งผู้วิจารณ์จะขอแยกแยะให้เห็นเป็นประเด็นสำคัญที่พบได้ในหนังสือเล่ม นี้ ดังนี้

ประเด็นที่ 1 รูปแบบการนำเสนอ ผู้เขียนได้นำเสนอด้วยการอธิบาย และการใช้ความหมายของคำ วลี ประโยค โดยให้ความหมายมาตั้งตั้งรากศัพท์ โดยพยัญชนะ หรือตามตัวอักษร จึงทำให้ผู้อ่านเข้าใจใน ความหมายของคำนั้นๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น การใช้คำ สำนวน รูปประโยคและการเขียนบรรยายตลอดทั้งเล่ม เป็น การบรรยายที่นำใจความสำคัญมาเป็นหลักในการดำเนินเรื่องความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ ตายดี ด้วยการชี้ประเด็นเรื่องที่ต้องการเน้นให้เด่นชัดแล้วอธิบายเพิ่มเติมอย่างหลากหลายในประเด็นย่อยๆ

โดยเฉพาะการให้ความหมายที่หลากหลายความหมายในเรื่องเดียวนั้น เพื่อให้ผู้อ่านที่มีประสบการณ์อันหลากหลายในเรื่องนั้นๆ หรือความรู้ด้านพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับความจริงแห่งชีวิต และความตายได้เข้าใจในสิ่งเดียวกันจากประสบการณ์ หรือความรู้ของผู้อ่านที่แตกต่างกันเพราะเนื่องด้วยท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้มีการอธิบายความหมายไว้อย่างหลากหลายของความหมายในเรื่องหนึ่งๆ ตลอดทั้งการอุปมา เพื่อยกตัวอย่างเปรียบเทียบ และยกตัวอย่างนิทานประกอบ โดยมีคำอธิบายสอดแทรกเป็นช่วงๆ เพื่อให้ผู้อ่านได้เห็นและเข้าใจได้ เป็นรูปธรรมตาม และยังได้อ้างอิงแหล่งที่มาจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา ทุกครั้ง

ประเด็นที่ 2 การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้เพื่อการปฏิบัติถูกต้องต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อส่วนรวม แนวทางการปฏิบัติในพระพุทธศาสนา ดังนี้คือ

1. บรรลุประโยชน์ตน (อัตตัตถะ) เป็นประโยชน์ที่เกิดขึ้นแก่ตนโดยเฉพาะเน้นการพึ่งตนได้ในทุกระดับ เพื่อความไม่ต้องเป็นภาระแก่ผู้อื่น หรือถ่วงหมู่คณะ และเพื่อความเป็นผู้พร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่น คุณธรรมที่เป็นแกนนำเพื่อการบรรลุประโยชน์ตนนี้ คือปัญญา ส่วนหลักธรรมทั่วไปที่สอนไว้เพื่อความมุ่งหมายนี้มีหลายประการ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2552: 594) กล่าวอย่างกว้างๆ คือ การบำเพ็ญไตรสิกขาในแง่ที่เป็นความรับผิดชอบต่อตนเองให้บริบูรณ์

2. บรรลุประโยชน์ผู้อื่น (ปรัตถะ) เป็นการช่วยเหลือผู้อื่นให้บรรลุหรือเข้าถึงจุดหมายแห่งชีวิตของเขา ในระดับต่างๆ ประคับประคองให้เขาสามารถพึ่งพาตนเองได้เป็นผลที่เกิดแก่คนอื่นนอกจากตัวเรา คุณธรรมที่เป็นแกนนำ คือ กรุณา หลักธรรมทั่วไปที่ใช้สอนมีการทำหน้าที่และบำเพ็ญคุณธรรมต่างๆ ของกัลยาณมิตรเป็นต้น

3. บรรลุประโยชน์ทั้งสองฝ่าย (อุภยัตถะ) เป็นประโยชน์ร่วมกันประโยชน์ต่อสังคม ชุมชน เช่น ประโยชน์ที่เกิดจากของกลางและกิจกรรมร่วม โดยเฉพาะสภาพแวดล้อม และความเป็นอยู่อันเอื้ออำนวยแก่การปฏิบัติของทุกคน คุณธรรมที่เป็นแกนนำที่จะให้บรรลุจุดหมายนี้คือ วินัย และ สามัคคี ตลอดจนพฤติกรรมที่เกื้อกูลที่พึงประสงค์ ที่สังคมพึงต้องโดยทั่วไป

4. บรรลุประโยชน์สูงสุด (นิพพาน) หมายถึง การบรรลุจุดหมายแห่งชีวิตสูงสุด ได้แก่ ประโยชน์สูงสุด (ปรมัตถะ) ประโยชน์อย่างยอดเยี่ยม หรือประโยชน์ที่เป็นสาระแท้จริงของชีวิต เป็นจุดหมายสูงสุดหรือที่หมายขั้นสุดท้าย ได้แก่ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมของสังขารธรรม ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต มีจิตใจเป็นอิสระโปร่งโล่ง ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความยึดติดถือมั่นหวั่นหวาดของตนเอง ปราศจากกิเลสเผาลนที่ทำให้เศร้าหมองขุ่นมัวอยู่อย่างไร้ทุกข์ ประจักษ์แจ้งความสุขประณีตภายในที่สะอาดบริสุทธิ์สิ้นเชิง อันประกอบพร้อมด้วยความสงบเยือกเย็นสว่างไสวเบิกบานโดยสมบูรณ์ เรียกว่า วิมุตติ หรือ นิพพาน

ในมุมมองของผู้วิจารณ์ ผู้เขียนได้นำเสนอ เรื่อง ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี ที่เข้าใจได้ยาก ด้วยการใช้คำ สำนวน รูปประโยคที่เข้าใจได้จากรากศัพท์โดยตรง แล้วอธิบายประกอบด้วย

การให้ความหมายที่หลากหลาย แม่นในคำๆ เดียว โดยเริ่มต้นจากเรื่องทุกข์ที่ทุกคนมีอยู่ในตัว แล้วผู้เขียนได้อธิบายเพื่อสร้างแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตและการเตรียมตัวตายให้มาตัดวงจรทุกข์เพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุดของชีวิต หรือนิพพาน อันเป็นภาวะที่ปลอดโปร่งอิสระ แล้วจึงได้หยิบยื่นเนื้อหาที่ตรงประเด็นแก่ผู้อ่าน ซึ่งถือได้ว่าเป็นการสร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นกับชาวพุทธที่ได้อ่านหนังสือเล่มนี้ เพื่อได้เรียนรู้เรื่องการดำเนินชีวิต และนำไปเป็นคู่มือชีวิตในการดำเนินชีวิตให้เข้าสู่ภาวะที่เป็นสุขแท้ที่ไม่ต้องแสวงหา คือ ประโยชน์สูงสุดของชีวิตนี้

บทสรุป

หนังสือ เรื่อง “ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี” คือ งานเขียนที่ถ่ายทอดเรื่องเกี่ยวกับการบูรณาการหลักธรรมเข้าสู่การปฏิบัติในการพัฒนาตนและผู้อื่นให้มีชีวิตที่ดีขึ้น เจริญขึ้น ต้องปฏิบัติตามกระบวนการพัฒนาชีวิตในสามระดับ ได้แก่ การพัฒนาชีวิตในระดับต้น กลาง และสูง ดังต่อไปนี้

การพัฒนาชีวิตให้เป็นคนมีคุณภาพทั้งภายในและภายนอก ด้วยการมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถพิจารณาได้จากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายนอก นับได้จากความเพียบพร้อมของสิ่งที่เป็นสัปายะหรือปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต นั่นคือการมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อให้คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดังกระบวนการพัฒนาชีวิตตามหลักมงคลสูตรในระดับต้น และตามแนวทางวิทยาการสมัยใหม่ ที่เริ่มต้นการปฏิบัติโดยการฝึกฝนควบคุมตนเอง อาทิ ความคิดเห็นชอบหรือที่ดีที่ถูก สามารถแยกแยะความดีความชั่ว การเลือกปฏิบัติในทางที่ถูกที่ควร เช่น การเลือกคบมิตร การหมั่นสร้างสมความรู้ความสามารถหรือศักยภาพในตนเองให้เพิ่มขึ้น การเลือกบริโภคหรือใช้สอยในสิ่งที่เป็นประโยชน์ การมีระเบียบวินัยในตนเอง การมีกิจกรรมายาทที่สุภาพเรียบร้อย เป็นต้น วิธีปฏิบัติดังกล่าวนี้ เป็นปัจจัยเอื้อหนุนทำให้ตนเองเป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ที่เพียบพร้อมไปด้วยสิ่งเอื้ออำนวยความสะดวกสบายในการดำรงชีวิตของตน หรือเป็นการพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพ สมบูรณ์พร้อมด้วยปัจจัยภายนอก ตลอดจนมีความสามารถในการเป็นที่พึ่งให้แก่คนอื่น ทั้งคนในครอบครัว และคนอื่นๆ ในสังคมและเมื่อสร้างพื้นฐานของชีวิตพร้อมแล้ว ที่นี้เข้าสู่ปัจจัยภายใน คือการเป็นผู้มีคุณธรรมรู้จักรับผิดชอบคนในครอบครัว สงเคราะห์คนใกล้เคียง มีจิตอาสาหรือการบำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม ด้วยการเสียสละแบ่งปันทรัพย์สินสิ่งของหรือกำลังร่างกายแรงใจช่วยเหลือผู้อื่นที่เดือดร้อน รวมไปถึงการประพฤติตนให้อยู่ในศีลธรรม ผู้มีคุณธรรมและความรับผิดชอบดังนี้ จึงถือว่าเป็นผู้ที่ได้รับการพัฒนาชีวิตในระดับต้นหรือเป็นคนคุณภาพของสังคม

ในขณะที่บุคคลดำรงชีวิตอยู่ ไม่ว่าใครจะมีอำนาจอะไร หรืออยู่ในฐานะใด ก็ไม่มีผู้ใดที่จะรู้ว่าตนเองจะมีชีวิตอยู่ได้นานกี่วัน กี่เดือน กี่ปี ไม่รู้ว่าจะเจ็บป่วยวันใด ไม่รู้ว่าจะตายเมื่อใด เพราะเหตุแห่งการตายมีหลายสาเหตุ สถานที่ตายก็ไม่อาจรู้ได้ และที่สำคัญไม่สามารถจะรู้ได้ว่าเมื่อตายแล้วจะไปเกิดในภพภูมิใด อาจไปเกิดเป็นสัตว์นรก เปต อสุรกาย เทวดา หรือได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ด้วยเหตุที่บุคคลผู้ไม่เข้าใจกฎธรรมชาติไม่เข้าใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริงเมื่อนึกถึงความตายจึงรู้สึกหวาดกลัว จิตใจไม่สงบการระลึกถึงสิ่ง

ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต คือ ความตายที่จะมีแก่ตนเป็นธรรมดา ด้วยความไปประมาท เพื่อทำจิตสงบจากอกุศลกรรม ปล่อยใจจากกิเลส เครื่องเศร้าหมอง ตัณหา ความทะยานอยาก อุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น อันเป็นเหตุให้มีโลก โกรธ หลง โดยระลึกอยู่เสมอว่า ชีวิตจะต้องสิ้นสุดแน่นอนจะช่วยบรรเทาโลภะ โทสะ โมหะ ลงได้ สามารถเผชิญกับความจริงของชีวิตได้อย่างกล้าหาญไม่หวาดหวั่นต่อความตาย รู้จักใช้ความตายให้เป็นประโยชน์ ซึ่งเรียกว่า การเจริญมรณสติ

หนังสือเรื่องนี้ นอกจากมีเนื้อหาที่ทรงคุณค่าแล้วยังเป็นหนังสือที่มีเนื้อหาสามารถสร้างแรงจูงใจแก่ผู้อ่านให้มีกำลังใจที่จะมุ่งมั่นพัฒนาตนในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องจากการ มุ่งสร้างความสุขอันเป็นประโยชน์สูงสุดของชีวิตโดยมีนิพพานเป็นแก่นสาร ผู้เขียนได้หยิบยื่นเนื้อหาสาระอันเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านโดยตรง หนังสือเล่มนี้ถือได้ว่าเป็นหนังสือที่สร้างศรัทธาให้เกิดขึ้นกับทุกคนที่ได้อ่าน จึงเป็นหนังสือที่ประชาชนคนทั่วไปควรอ่าน และสามารถนำมาเป็นคู่มือในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน เพราะหนังสือได้ชี้ทางที่เข้าสู่ภาวะที่เป็นสุขแท้จริงที่ไม่ต้องไขว่คว้าจากภายนอกแต่สามารถค้นหาในตัวเราก็คพบความสุขได้

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2549). *ความจริงแห่งชีวิต และช่วยให้ตายเร็วหรือช่วยให้ตายดี*.

กรุงเทพฯ : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด.

_____. (2547). *วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ ศยาม.

_____. (2552). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญา นันทภิกขุ). (2536). *กตัญญูทศกวีที่เป็นเครื่องหมายของคนดี*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

พระไพศาล วิสาโล. (2533). *พุทธธรรมกับการพัฒนาสังคม*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.