

# อิสรภาพชีวิตคืออุดมคติชีวิต

## Freedom to live is a life goal

โกเมนทร์ ชินวงศ์

Komentr Chinawong

ภาควิชาปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Department of Philosophy and Religion Faculty of Humanity Kasetsart University

### บทคัดย่อ

อิสรภาพในการใช้ชีวิตคือเป้าหมายชีวิตที่หลายคนพยายามที่จะไขว่คว้า การฝันถึงความเป็นเศรษฐีในอุดมคติเป็นเรื่องง่าย แต่การลงมือทำเพื่อให้ได้ความฝันนั้นมาครอบครองเป็นเรื่องยาก ชีวิตจะต้องมีหลักการ (Principles) โดยผ่านการเรียนรู้ การแสวงหาความรู้ที่ดี (สัมมาทิฐิ) จากแหล่งต่าง ๆ พร้อมการกล้าลงมือทำ มีความอดทน อย่างมีสติ ข้อเท็จจริงเหล่านั้นนับว่าเป็นสิ่งที่คนทั่วไปเข้าใจกันดี การเป็นคนประสบความสำเร็จตามอุดมคตินั้นมีปัจจัยที่สำคัญมากมาย การวางแผนเพื่อใช้ชีวิตให้บรรลุเป้าหมายในแต่ละยุคสมัยมีปัจจัยที่แตกต่างกันไป หนึ่งในปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญคือการมีทักษะสู่อิสรภาพด้านการเงิน ไม่ว่าจะชีวิตของแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันไปอย่างไรก็ตาม แต่ก็ดูเหมือนว่าหนทางสู่การเป็นคนประสบความสำเร็จตามอุดมคตินั้นต้องอาศัยหลักการดังต่อไปนี้ ได้แก่ การมีพื้นฐานความรู้ที่ดีซึ่งได้รับจากการศึกษา รวมถึงการแสวงหาความรู้เพื่อต่อยอดการพัฒนาชีวิตตนสู่อิสรภาพในอนาคต นั่นก็คืออิสรภาพอันเป็นความสุขอย่างแท้จริงของชีวิต อย่างไรก็ตามความสุขและความสำเร็จของชีวิตแต่ละคนอาจอุปมาเปรียบได้กับคำกล่าวที่ว่า อาหารจานของเพื่อนน่าจะกินกว่าจานของตนเองเสมอ แต่เชื่อเถอะ ถ้าเราสลับจานอาหารนั้นกันตั้งแต่ต้น จานของเพื่อนก็ยังน่าจะกินกว่าอยู่ดี บางทีสิ่งที่ขาดไปอาจไม่ใช่ความน่ากินของอาหารในจาน แต่เป็นความรู้จักพอใจตนเองต่างหาก ดังนั้น จงเป็นตัวของตัวเอง ไม่ใช่เพราะว่ามันเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด แต่เพราะว่ามันเป็นทางเลือกเดียวที่คุณมี

**คำสำคัญ :** อิสรภาพชีวิต, หัวใจเศรษฐี, ทักษะด้านการเงิน

### Abstract

Freedom to live is a life goal that many people try to achieve. Dreaming of the ideal millionaire is easy. But taking action to achieve that dream is difficult. Life must have principles through learning or seeking good knowledge (Right thought) from various sources, with the courage to act, patience and mindfulness. These facts are well understood by the general public. There are many important factors in being a successful ideal person. Planning for life to achieve goals in each era has different factors. One of the key fundamentals is having the skill to achieve financial freedom. No matter how different each person's life is. But it seems that the path to becoming an ideal person of success requires the following principles: Having a good foundation of knowledge gained through education including the pursuit of knowledge to further develop one's own life towards

freedom in the future. That is freedom which is the true happiness of life. However, the happiness and success of each person's life may be as the saying that friend's food on plate is always better than our plates, but believe me If we switch plates to order from the beginning. A friend's dish is still more appetizing. Perhaps what was lacking was not the appetizing of the food on the plate. But rather the self-satisfaction. So, be yourself not because it's the best choice. But because it's the only option you have.

**Keywords:** Freedom of life, Heart of a millionaire, Financial skills.

## บทนำ

มีสิ่งสำคัญประการหนึ่งในชีวิตที่มักเรียกกันว่า “ค่านิยม” อนึ่ง พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546 : 1381) ได้นิยาม “ค่านิยม” ไว้ว่าคือ “สิ่งที่บุคคลหรือสังคมยึดถือเป็นเครื่องช่วยตัดสินใจและกำหนดการกระทำของตน” จากค่านิยมชุดนี้ ค่านิยมก็คือกรอบความคิดที่เป็นฐานของการดำเนินชีวิตที่กำหนดความเป็นตัวตนของบุคคล “ค่านิยม” เป็นเครื่องมือการนึกคิดเพื่อหาแนวทางที่จะดำรงชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ แน่แน่นอนว่า วิถีทางย่อมมีหลากหลาย ทุกคนล้วนมีวิถีชีวิตที่แตกต่างกันบนฐานโลกทัศน์ ชีวิตทัศน์ วิสัยทัศน์ ความเชื่อ ทศนคติ รวมถึงคุณค่าสูงสุดที่เรียกว่า “อุดมคติชีวิต”

วิถีชีวิตที่แตกต่างอาจนำไปสู่เป้าหมายใดก็ตาม แต่กล่าวสรุปได้ว่า “สิ่งนั้นแหละถือเป็นคุณค่าที่สูงสุด” (Summum bonum) ที่แต่ละคนคิดและตัดสินใจเลือกที่จะกำหนดให้คุณค่า โดยเป็นไปตามค่านิยมตามความจริงของชีวิตที่ตนเองยอมรับ เมื่อถามว่า “แล้วสิ่งใดที่ทำให้มีความสุขที่สุดในการมีชีวิต หากตอนนี้จะต้องทำสิ่งที่ดีที่สุดเพื่อชีวิตในอนาคต จะใช้เวลาชีวิตและพลังทุ่มเทให้ไปกับสิ่งใด เป้าหมายสูงสุดในชีวิตคืออะไร ?” คนส่วนมาก จะให้คำตอบว่า เป้าหมายสูงสุดของชีวิต คือ ความมั่งคั่งร่ำรวยหรืออิสรภาพทางการเงิน และอีกจำนวนกว่าครึ่งในคนกลุ่มเดียวกันนี้ ก็จะบอกเป้าหมายชีวิตเพิ่มมาอีกว่าคือ ความสำเร็จหรือการมีชื่อเสียง ดังนั้น คนส่วนใหญ่จึงมักจะถูกพร่ำสอนให้มุ่งมั่นเรื่องการเล่าเรียนและการทำงานเพื่อที่จะได้ประสบความสำเร็จและเพื่อมีชีวิตที่ดีขึ้นตาม “คตินิยม” นั้น โดยทางปรัชญามีคำถามต่อไปว่า “เป้าหมายชีวิตที่กล่าวมานี้คือสิ่งที่ถูกต้องและดีที่สุด (Summum bonum) แล้วหรือไม่ ?”

สิ่งที่มีส่วนสำคัญในการกำหนดอุดมคติชีวิตแต่ละคนก็คือความเชื่อพื้นฐานหรือปรัชญาชีวิตของคนคน นั้นนั่นเองโดยที่ว่าปรัชญาชีวิตนั้นอาจจะเป็นโลกทัศน์แบบสสารนิยมหรือจิตนิยมก็ได้ กล่าวคือ บางคนอาจจะมีการถือคติในการดำเนินชีวิตด้วยหลักคิดที่กล่าวเป็นเชิงอุปมาได้ว่า “ชีวิตคือการเดินทาง” และผู้ที่มีการใช้คติแนวคิดแบบนี้ไม่ว่าเขาจะมาจากโลกทัศน์แบบสสารนิยมหรือโลกทัศน์แบบจิตนิยม เขาก็จะไม่เริ่มต้นการใช้ชีวิตของตนเองด้วยวิธีการเดาสุ่มออกเดินทางชีวิตไปข้างหน้าอย่างไร้จุดหมายปลายทางแน่นอน อย่างไรก็ตามรูปแบบในการดำเนินชีวิตและจุดหมายปลายทางชีวิตที่แต่ละคนได้ตัดสินใจเลือกแล้ว ก็ย่อมจะสะท้อนถึงปรัชญาชีวิตและอุดมคติชีวิตของคน ๆ นั้นเอง ทั้งนี้ ทุกคนย่อมมีสิทธิและเสรีภาพจะเลือกกำหนดค่านิยมชีวิตให้แก่ตัวเองว่า “อะไรคือสิ่งสำคัญและอะไรคือสิ่งที่ไม่สำคัญในชีวิต” ดังนั้น การที่มนุษย์ได้รู้จักตัวเอง ก็ย่อมจะรู้ว่าชีวิตต้องทำอะไรและจะไปทางไหนหรือชีวิตมีเป้าหมายอะไร จึงกล่าวได้ว่า คนที่รู้จักตัวเองคือคนผู้มีความมาตรฐานในการตรวจวัดรูปแบบคุณภาพและความสำเร็จของชีวิตในอุดมคติ

### อุดมคติของชีวิต : ค่านิยมสูงสุดของชีวิตในรูปแบบต่าง ๆ

ตลอดช่วงชีวิตทุกคนล้วนได้ตัดสินใจเรื่องใหญ่บ้างเล็กบ้างเป็นล้านครั้ง และทุกการตัดสินใจคือผลลัพธ์ที่กำหนดวิถีชีวิตของตนเอง พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546 : 1381) ให้ความหมายคำว่า “อุดมคติ” ว่า “จินตนาการที่ถือว่าเป็นมาตรฐานแห่งความดี ความงาม และความจริงทางใดทางหนึ่งที่มีมนุษย์ถือได้ว่าเป็นเป้าหมายแห่งชีวิตของตน” อนึ่ง การแสวงหาสารัตถะให้แก่ชีวิตตามแนวคิดทางปรัชญาและศาสนา ในที่นี้ผู้เขียนขอแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม จัดตามโลกทัศน์ความจริงของชีวิตคือกลุ่มสสารนิยมกับกลุ่มจิตนิยม โดยจำแนกจากความต่างกันต่อความเชื่อสำคัญของชีวิตคือ ชีวิตหลังความตาย (The Life after death) กล่าวคือ ผู้ที่แสวงหาสารัตถะชีวิตตามแนวคิดที่เน้นการแสวงหาความสุขที่พึงพาวัตถุ เรียกว่า “กลุ่มสามีสสุข” จัดเป็นกลุ่มสสารนิยมเพราะไม่มีความเชื่อเรื่องการมีชีวิตหลังความตาย และอีกกลุ่ม คือ ผู้มีแนวคิดที่แสวงหาสารัตถะชีวิตที่เน้นการแสวงหาความสุขที่ไม่พึงพาวัตถุ เรียกว่า “กลุ่มนิรามีสสุข” จัดเป็นกลุ่มจิตนิยมที่มีความเชื่อเรื่องการมีชีวิตหลังความตาย เมื่อได้จำแนกตามกลุ่มของโลกทัศน์ต่อชีวิตและเป้าหมายชีวิตตามที่กล่าวมา ก็จะมีรายละเอียด ดังจะอธิบายได้ต่อไปนี้

#### 1. กลุ่มผู้แสวงหาสารัตถะชีวิตแบบสสารนิยม (กลุ่มสามีสสุข)

แนวความคิดกลุ่มนี้มีโลกทัศน์ทางปรัชญาเป็นสสารนิยม การแสวงหาอุดมคติชีวิตจะมุ่งให้ความสำคัญที่เป้าหมาย (The End) มากกว่าจะสนใจในวิธีการ (The means) โดยคนในกลุ่มนี้จะถือคติตามหลักการว่า “การกระทำใดก็ตาม ถ้ามีผลลัพธ์ที่ได้ตรงตามที่ตนต้องการคือความสุขหรือความพึงพอใจ การกระทำนั้นย่อมถือว่ายอมรับแล้วเป็นสิ่งที่ดี” มาตรฐานจริยศาสตร์เรียกเกณฑ์การตัดสินนี้ว่า เกณฑ์แบบอัตนัย หรือ สัมพัทธนิยม (Subjectivism) ความสุขประเภทนี้เรียกว่า “สามีสสุข” คือ ความสุขเกิดจากอามิสหรือความสุขที่มาจากการมีหรือได้วัตถุ คนกลุ่มนี้จะมีคติพจน์ที่ใช้เป็นมาตรฐานตัดสินเรื่องคุณค่าว่า “ความสุขคือความดี” เพราะมีคติว่า “ชีวิตที่ดีคือชีวิตที่มีความสุข” เรียกแนวคิดเชิงอุดมคติกลุ่มนี้ว่า “สสารนิยม” (Hedonism) หรือกลุ่มสามีสสุข

#### อุดมคติของกลุ่มสสารนิยม” (Hedonism) หรือกลุ่มสามีสสุข :

มนุษย์ไม่ควรแสวงหาอะไรอีกแล้วนอกจากความสุขสบายเพราะว่าความสุขเป็นสิ่งเดียวที่มีค่าในตัวเอง (Self- intrinsic) ความหมายก็คือ สุนิยมเชื่อว่า ทรัพย์สินเงินทอง อำนาจ และสิ่งอำนวยความสะดวกล้วนเป็นสิ่งสำคัญเพราะอำนวยความสะดวกให้กับชีวิตได้ อุดมคติแบบสสารนิยมมี 2 ประเภท คือ สุนิยมส่วนบุคคล (Egoistic hedonism) ได้แก่ ผู้คนที่ถือคติว่า “ความสุขส่วนตนคือสิ่งมีค่ามากที่สุด” และสุนิยมแบบสากล (Universal hedonism) คือคนที่ถือคติว่า “ความสุขที่คนส่วนใหญ่มีส่วนร่วมคือสิ่งมีค่ามากที่สุด” แนวคิดการใช้ชีวิตและเป้าหมายชีวิตของกลุ่ม “สสารนิยม” หรือ “พวกสามีสสุข” ที่จะยกมาเป็นกรณีศึกษาดังต่อไปนี้

#### ความคิดของกลุ่มสสารนิยมสายปรัชญาตะวันออก

สุนิยมสายปรัชญาตะวันออกที่ความคิดเป็นปรัชญาสสารนิยมหรือวัตถุนิยม คือ ครูเจ้าลัทธิชื้ออชิตะ เกสกัมพล เป็นครูเจ้าลัทธิ 1 ในครูทั้ง 6 จากสำนักปรัชญาอินเดียโบราณ แนวคิดระบบปรัชญาสสารนิยมนี้เรียกกันว่า “กลุ่มลัทธิจารวาก”

**กลุ่มลัทธิจารวาก** มีคติว่า “จงกิน จงดื่ม และเสพสม อย่ารอถึงวันพรุ่ง” คนกลุ่มนี้เป็นผู้มีโลกทัศน์ว่า สิ่งทั้งหลายเกิดมาจากสัดส่วนรวมกันเข้าของธาตุคือ ดิน น้ำ ลม ไฟ หรือสสาร เมื่อธาตุเหล่านั้นแยกออกจากกันสิ่งต่าง ๆ ก็สิ้นสุดลง คุณค่าที่ยึดถือกัน เช่น ความดี ความชั่ว สวรรค์หรือโลกหน้า ชาติหน้า พระเจ้า บุญ บาป ล้วนเป็นเรื่องสมมติทั้งสิ้นไม่มีอยู่จริง สัตว์ทั้งหลายตายแล้วก็สูญ เรียกทรศนะ

แบบนี้ว่า “นัตถิกวาที” แปลว่า “ผู้มีวาทีว่าไม่มีอะไร (นอกจากความสุข)” หรือเรียกว่า “อูจเฉทวาที” แปลว่า “ผู้มีวาทีว่าขาดสูญ” เป็นการปฏิเสธแนวคิดกฎแห่งกรรม คือ เชื่อว่าไม่มีการกระทำที่เป็นบุญและบาปเพราะมีหลักคิดที่ปฏิเสธการกระทำ (กรรม) และผลของกรรม (วิบาก) ด้วยพวกเขาเชื่อว่าทุกอย่างจะสิ้นสุดลงพร้อมกับการตาย

### ความคิดของกลุ่มสุขนิยมสายปรัชญาตะวันตก

สุขนิยมสายปรัชญาตะวันตกที่ความคิดเป็นปรัชญาสารนิยม คือ สำนักความคิดในกรีกและโรมัน มีความเห็นว่า สรรพสิ่งคือวัตถุหรือสารสิ่งเดียวกันเท่านั้นที่สร้างความสุขให้กับมนุษย์ได้ สิ่งอื่นที่ไม่ใช่สารเป็นสิ่งที่ไม่ได้อยู่จริง ปรัชญาสายนี้มีความเชื่อพื้นฐานว่า มนุษย์มีแต่ร่างกาย ไม่มีจิตวิญญาณ เชื่อในความจริงของชีวิตแบบสารนิยม แนวคิดสารนิยมและการมีอุดมคติชีวิตแบบสุขนิยม เช่น พวกโซฟิสต์ ประโยชน์นิยม ที่จะยกมาเป็นกรณีศึกษาดังต่อไปนี้

**กลุ่มโซฟิสต์** มีคิดว่า “จงทำตามใจตัวเองต้องการ” คนกลุ่มนี้ถือหลักคิดในการดำเนินชีวิตว่า อะไรจะจริงหรือเท็จขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของแต่ละคน ไม่มีมาตรการตายตัวแน่นอนสำหรับตัดสินความประพฤติดี “Man is the measure of all things” (คนเป็นมาตรการวัดทุกสิ่ง) คือ แต่ละคนเป็นมาตรการวัดความประพฤติตนเอง ใครชอบอย่างไรก็ให้ทำอย่างนั้น (กิริติ บุญเจือ, 2527 : 78) คือ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกี่ยวกับชีวิตมนุษย์และที่เกี่ยวกับมนุษย์ มนุษย์ คือ ผู้กำหนดและรับผิดชอบตนเอง ดังนั้น ความจริงต่าง ๆ จึงจัดเป็นความเห็นเชิงจิตวิสัย (Subjective Opinion) หรือเป็นความเห็นเฉพาะบุคคลแต่ละคนซึ่งย่อมถูกต้องด้วยกันทั้งนั้น โดยถือผลลัพธ์ที่ดีคือประโยชน์หรือความพอใจที่ได้จากการปฏิบัติเป็นเกณฑ์ในการตัดสินการกระทำ ดังนั้น ความดีจึงเป็นเรื่องที่แต่ละคนจะให้คุณค่า อะไรที่ว่า “ดี” เพราะมีคนกำหนดว่าดี จึงดีตามการยอมรับ ไม่ใช่ดีในตัวเอง อย่างไรก็ตามกลุ่มโซฟิสต์ก็ส่งเสริมให้ทุกคนมีความเคารพในข้อบัญญัติหรือในกฎหมายจารีตประเพณีและปฏิบัติตามกฎบัญญัติทางศีลธรรมเพื่อความสงบสุขในการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม

**กลุ่มประโยชน์นิยม** มีคิดว่า “จงแสร์สุขให้ทุกคนได้มีส่วนร่วม” พจนานุกรมศัพท์ปรัชญาอธิบายว่า ประโยชน์นิยม คือ ทศนะทางจริยศาสตร์ที่ถือประโยชน์สุขเป็นเกณฑ์ความผิดถูกชั่วดี พจนานุกรมศัพท์ปรัชญา อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2540 (2540 : 101) คือ การกระทำที่ก่อให้เกิดประโยชน์สุขจำนวนมากที่สุดและเป็นไปเพื่อคนจำนวนมากที่สุดเป็นการกระทำที่ดี มาตรฐานของความดีคือประโยชน์ ดังนั้น มนุษย์ควรทำสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์สุขมากที่สุดแก่คนจำนวนมากที่สุดในสังคม

### 2. กลุ่มผู้แสวงหาสาระดีชีวิตแบบสุขนิยม (กลุ่มนิรามิสสุข)

กลุ่มนี้มีอุดมคติชีวิตมุ่งที่จะให้ความสำคัญที่วิธีการ (The mean) ได้ซึ่งผลลัพธ์ (The ends) เกณฑ์การพิจารณาว่า พฤติกรรมที่แสวงหาสาระดีของชีวิตจะถูกผิดหรือดีชั่วใช้แนวทางการกระทำหรือวิธีการเป็นเครื่องมือตัดสินมากกว่าผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น มาตรฐานจริยศาสตร์เรียกเกณฑ์ตัดสินคุณค่านี้ว่า เกณฑ์แบบปรนัย หรือ สัมบูรณ์นิยม (Objectivism) ความสุขที่เกิดจากภายในตัวเองมากกว่าจะอาศัยความสุขจากวัตถุภายนอก จึงเรียกความสุขนี้ว่า “นิรามิสสุข” คือ ความสุขที่ไม่อิงอามิสหรือความสุขที่ไม่อาศัยวัตถุไว้เสพอหรือบริโภคนเพราะเห็นว่า ความสุขบางอย่างไม่เป็นสิ่งที่ดี ไม่ถูกต้องตามหลักศีลธรรม คิดที่เป็นมาตรฐานคือ “ความดีคือความสุข” เป็นอุดมคติแบบ “นิรามิสสุข” หรือ “อสุขนิยม” ความสุขคือการมีอิสรภาพทางจิตใจ เช่น ชีวิตนิรันดรทางศีลธรรม นิพพาน เป็นสิ่งมีค่าในตัวเอง (Self- intrinsic) มากกว่าจะได้ยกบางสำนักคิดมาเป็นกรณีศึกษา ดังต่อไปนี้

### ความคิดของกลุ่มอนุชนนิยมสายปรัชญาตะวันออก

กลุ่มโมกษะนิยม (Salvationism) มีคิดว่า “จงแสวงหาความหลุดพ้นจากทุกข์” เป็นอุดมคติแบบวิถีชาวตะวันออกที่มุ่งแสวงหาอิสรภาพหรือความหลุดพ้นจากทุกข์ มีหลักปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากวงจรหรือสังสารวัฏแห่งชีวิต วิธีชีวิตมีเป้าหมายคือความรอดพ้นจากอำนาจชั่วร้ายหรือยุ่งยากเรียกว่า “กิเลส” เป็นวิถีชีวิตที่มีอิสรภาพพ้นไปจากการกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก ความรอดหรือความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเรียกว่า “โมกษะ” เป็นสิ่งที่สามารถเป็นไปได้และสามารถถึงได้ด้วยวิธีการปฏิบัติเคร่งครัดตามวิธีการที่กำหนดไว้ของแต่ละสำนักโดยมีความเชื่อกฎแห่งกรรม ทั้งลักษณะที่เป็นกฎธรรมชาติหรือกฎเหตุผลและเป็นกฎศีลธรรม ที่เชื่อว่า อวิชชา (ความหลงไม่รู้ตามความเป็นจริง) เป็นสาเหตุแห่งความติดข้องและการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร การควบคุมตนเองหรือจิตใจไม่ให้เป็นไปตามอำนาจตัณหาเป็นหนทางขจัดกิเลสหรือความเศร้าหมองแห่งจิตใจให้หมดไป การบำเพ็ญสมาธิและการทำวิปัสสนาให้เห็นตามความเป็นจริงเป็นทางที่นำไปสู่ความหลุดพ้นทุกข์ อุดมคตินี้เรียกตามวิถีชีวิตตะวันออกกว่า “การแสวงหาโมกษะ” (Salvation) เช่น ศาสนาเซน มีคิดว่า “อหิงสาเพื่ออิสรภาพนิรันดร” มี “ไกรวัลย์” เป็นอุดมคติชีวิตถือหลักอหิงสาคือการไม่เบียดเบียนสรรพสัตว์ทุกชนิดและวางใจตนเองเป็นอุเบกขาต่อทุกสภาวะการณ์ชีวิต แม้แต่หนวดเคราเส้นผมก็ใช้การถอนทิ้ง จะไม่ใช้การตัดหรือโกนเพราะเกรงว่า คมมีดอาจทำลายชีวิตสัตว์ที่อาศัยอยู่เพื่อการมีชีวิตรอด

**ศาสนาพุทธ** มีคิดว่า “อริยมรรคคือเส้นทางสู่อิสรภาพนิรันดรจากสังสารวัฏ” มี “นิพพาน” เป็นอุดมคติชีวิต ถือหลักความจริงที่อิงอาศัยกันในการมองโลกและสรรพสิ่งตามหลักทางสายกลาง รู้จักปล่อยวางเพื่อบรรลุมรรคสุขแท้จริง มองความขึ้นลง (อนิจจัง) ของชีวิตเป็นภาวะธรรมดา ลภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นต้นเป็นสิ่งสมมติ (อนัตตา) ไม่ใช่สิ่งจริงแท้ การไขว่หาสิ่งเหล่านี้ด้วยหวังจะได้ความสุขต้องผิดหวัง (ทุกข์) “ความสงบต่างหากเป็นบ่อเกิดความสุข” ดังพุทธภาษิตที่ว่า “นิพพานัง ประมะมัง สุขัง”

หลักคิดกลุ่มนี้ สอนให้ดำเนินชีวิตโดยมีอุดมคติสูงสุดสอดคล้องกันคือมุ่งการแสวงหาทางสู่ “ความหลุดพ้นจากทุกข์” หรือ โมกษะ อันเป็นความสุขแท้จริงของชีวิตซึ่งเกิดจากภาวะสงบเย็นในจิตใจที่ปราศจากความอยาก คือ กิเลส (ตัณหา)

### ความคิดของกลุ่มอนุชนนิยมสายปรัชญาตะวันตก

กลุ่มปัญญานิยม มีคิดว่า “จงแสวงหาปัญญาเพื่อเข้าถึงสัจธรรม” กลุ่มนี้เป็นอุดมคติชีวิตวิถีชาวตะวันตกมีโลกทัศน์แบบจิตนิยม ถือว่า ความสุขไม่ใช่สิ่งที่ดีที่สุด มนุษย์มีสิ่งที่มีคุณค่ามากกว่าความสุข ญาณคือปัญญาเป็นธรรมชาติเด่นที่สุดของความเป็นมนุษย์ ดังนั้น การใช้ชีวิตเพื่อปัญญาหรือความรู้เพื่อเข้าถึงสัจธรรมจึงเป็นสิ่งมีคุณค่าที่สุด อุดมคติคือการมีความรู้หรือการเข้าถึงสัจธรรมเป็นสิ่งมีค่าสูงสุดของมนุษย์ นักปรัชญาผู้นำทางความคิดในกลุ่มนี้ เช่น โสกราตีส (Socrates) เพลโต (Plato) และอาริสโตเติล (Aristotle) เป็นต้น มีแนวคิดโดยสังเขป ดังต่อไปนี้

โสกราตีส เชื่อว่า ความรู้เป็นคุณธรรม ผู้มีคุณธรรมจึงเป็นผู้รักในความจริง ความรู้กับคุณธรรมตามทัศนะของโสกราตีสเป็นอันเดียวกัน คุณธรรมที่แท้จริงมีเพียงหนึ่ง ส่วนความดีอื่นอีกมากมายเป็นเพียงรูปแบบคุณธรรมที่แท้จริงมีเพียงหนึ่งเดียว โสกราตีส เชื่อว่า มนุษย์ต้องการทำความดี ดังนั้น ความรู้จึงเป็นสิ่งสำคัญ ความรู้ในที่นี้หมายถึง การรู้จักตัวเอง (Known Thyself) เหตุผลที่คนทำความชั่วเพราะว่าไม่รู้ คือ ไม่รู้จักว่าอะไรดี อะไรไม่ดี ดังนั้น มนุษย์จึงต้องรู้จักตัวเองในฐานะที่เป็นมนุษย์

เพลโต มีความเชื่อว่า แบบคือคุณธรรมเป็นความดีสูงสุดเพราะมนุษย์ทุกคนหลุดออกมาจากแบบ จึงต้องพยายามกลับเข้าถึงแบบความดีนี้ รัฐจะมีหน้าที่ในการส่งเสริมปลูกฝังคุณธรรมและความสุขเพื่อ

สร้างสังคมอุดมคติหรืออุดมรัฐ เฟลโตโต้เสนอความเห็นที่เห็นว่า รัฐควรจะมีผู้ปกครองที่มีความรู้เป็นนักปราชญ์หรือเป็นนักปรัชญาปกครองประเทศเพื่อความผาสุกของสังคม

อาริสโตเติล มีความเชื่อว่า จุดหมายของการมีชีวิตคือความสุข ความดีสูงสุดคือความสุขไม่ใช่ความเพลิดเพลินจากการมีความสุข คุณธรรมจะต้องอยู่ระหว่างกลางปลายสุดทั้งสองขั้วที่เรียกว่าทางสายกลางคือความพอดีที่ไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป มนุษย์มีปัญหาพร้อมที่จะพัฒนาให้ปรากฏออกมาเป็นความรู้ได้ ความรู้ที่เกิดจากปัญญานั้นแบ่งกว้าง ๆ ได้ 2 อย่าง คือ ความรู้เกี่ยวกับสิ่งในโลกประสาทสัมผัสกับความรู้เกี่ยวกับสิ่งในโลกนิรันดร ความรู้อย่างแรกให้ประโยชน์ใช้สอย ความรู้อย่างหลังเป็นความรู้เพื่อรู้มิได้มีประโยชน์ใช้สอยอะไร แต่ให้ความอึดเอิบในวิญญาณ (วิทยุ วิชาแพทย์, 2548 : 13 -14) ความคิดของนักปรัชญาทั้ง 3 คนของกลุ่มนี้ ในกาลต่อมาได้มีอิทธิพลต่อการอธิบายคำสอนศาสนาคริสต์ที่กลายมาเป็นศาสนาสำคัญศาสนาหนึ่งในการดำเนินชีวิตและการสร้างอุดมคติชีวิตของชาวตะวันตก

กลุ่มวิมุตินิยม มีคิดว่า “จงแสวงความรอดกับพระเจ้า” โลกทัศน์กลุ่มนี้เป็นจิตนิยมแบบเทวนิยม เพราะมีแนวคิดเชิงอุดมคติชีวิตถือตามคำสอนศาสนาแบบชาวตะวันตกที่ส่วนใหญ่ศรัทธา เช่น ศาสนาคริสต์ พวกเขามีความเชื่อว่า ความสุขในชีวิตปัจจุบันบนโลกใบนี้ยังไม่ใช่สิ่งที่ดีที่สุดของชีวิต ความสุขที่แท้จริงคือความรอดจากทุกข์ (Salvation) คือชีวิตที่หลุดพ้นจากบาปหรือการมีชีวิตนิรันดรในสวรรค์ของพระเจ้า แนวคิดนี้มาจากฐานคิดที่เชื่อว่าชีวิตมนุษย์คือจิตวิญญาณ กลุ่มนี้มีแนวคิดตามคำสอนที่เชื่อว่าความสงบสุขของจิตใจเป็นสิ่งมีค่ามากที่สุดที่มนุษย์ควรแสวงหาและถือว่านั่นเป็นจุดหมายของชีวิต

สิ่งที่มนุษย์ควรแสวงหาจึงไม่ใช่วัตถุ แต่คือความสงบของจิตวิญญาณที่ปราศจากทุกข์ การทำจิตให้สงบด้วยการดับความโลภเน้นการเสียสละแบ่งปันเป็นสิ่งมีค่าที่สุดสำหรับชีวิต สิ่งมีค่าที่สุดของชีวิตจึงไม่ได้อยู่ที่ความสุขที่ได้จากวัตถุ แต่อยู่ที่ความสงบของจิตวิญญาณภายในที่มีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ ดังนั้นการหลุดพ้นจากความทุกข์หรือบาปและได้ชีวิตนิรันดรจึงมีค่ามากเพราะสาเหตุของความทุกข์ทั้งปวงในชีวิตมาจากบาปคือความอยาก คนที่มีความสุขที่สุดจึงมิใช่คนที่มียากที่สุดแต่เป็นผู้ที่เสียสละ มีจิตใจที่สงบและมีความรักต่อผู้อื่น วิถีชีวิตแบบวิมุตินิยมส่วนใหญ่มักจะเป็นศาสนิกชนผู้ที่นับถือศาสนาซึ่งมีชีวิตด้วยการปฏิบัติภาวนาลดละกิเลสตามคำสอน เช่น ศาสนายิว ศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม เป็นต้น

### 3. อะไรควรเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต

วิธีการดำเนินชีวิตตามที่กล่าวมาจะเน้นไปในค่านิยมหนึ่งใดเพียงสิ่งเดียว อย่างไรก็ตามก็ยังมีคนอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งให้ความสำคัญแก่คุณค่าของชีวิตในทุกด้าน สร้างดุลยภาพค่านิยมให้เกิดแก่ชีวิตที่เรียกว่า “ดุลยภาพ” แปลว่า “ความพอดี” หรือ “ความพอประมาณ” ขอเรียกหลักคิดกลุ่มนี้ว่า “มนุษยนิยม” และต่อไปนี้จะมาทำความรู้จักและเข้าใจแนวคิดเรื่องการแสวงหาสาระดีชีวิตและอุดมคติชีวิตของกลุ่มนี้ต่อไป

#### มนุษยนิยม : ดุลยภาพแห่งชีวิต

มนุษยนิยม มีคิดว่า “จงแคร์ชีวิตให้รอบด้าน” มนุษยนิยม คือ กลุ่มคนที่มีความเชื่อว่า มนุษย์คือองค์ประกอบของชีวิตที่มีทั้งร่างกายและจิตใจทั้งสองส่วนล้วนมีความสำคัญอย่างเท่าเทียมกัน ชีวิตมนุษย์จึงต้องครอบคลุมทุกด้านเพื่อการสร้างดุลยภาพให้แก่ชีวิต คำว่า “มนุษยนิยม” มาจากคำศัพท์ว่า Humanism พจนานุกรมศัพท์ปรัชญาอังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2540 (2540 : 44) ได้ให้ความหมายมนุษยนิยมไว้ 2 ประเด็น คือ :

1. “พรรณณะที่ถือว่า มนุษย์เป็นสิ่งหนึ่งในธรรมชาติ มีศักดิ์ศรี มีคุณค่า และสามารถพัฒนาตนเองโดยอาศัยเหตุผลและวิธีการทางวิทยาศาสตร์ไม่ต้องอาศัยอำนาจเหนือธรรมชาติแต่อย่างใด...”

2. มนุษยนิยมตามทรรศนะของกลุ่มศาสนาบางกลุ่ม ถือว่า มนุษย์จะพัฒนาตนเองให้สมบูรณ์ได้ โดยอาศัยหลักคำสอนทางศาสนา ชีวิตเป็นสิ่งที่อิงอาศัยสัมพันธ์กัน ความสะดวกสบายที่เกิดจากการมีปัจจัย 4 ที่พอเพียงมาบำรุงชีวิตถือเป็นความสุขกายเรียกว่าการมีอิสรภาพทางกาย ฉะนั้น การได้เสพปัญญาคือมีความรู้ เกิดจากการค้นพบตนเอง เข้าใจตนเอง พบความสุขทางใจ และมีอิสรภาพในวิถีการใช้ชีวิตของตนเอง เป็นความสงบสุขของจิตใจเป็นอาหารสมองหรืออาหารใจเพื่อสุขภาพใจเรียกว่าการมีอิสรภาพทางใจ ฉะนั้น

คนส่วนใหญ่เชื่อกันว่า “ชีวิตคนย่อมเป็นไปตามความคิดของคน” หมายความว่า ชีวิตของเราจะดีหรือแย่ขึ้นอยู่กับทัศนคติที่มีต่อสิ่งรอบตัว ตรงกับอมตะพจน์ของเชกสเปียร์ ที่รู้จักกันไปว่า “ไม่มีสิ่งใดดีเลย มีแต่ความคิดคนที่มีมองให้เป็นอย่างนั้น” และรับกับคำนักปราชญ์ชื่อ อนาอิส นิน (Anais Nin) ที่กล่าวว่า “คนเห็นสรรพสิ่งจากสิ่งที่เป็นไม่ใช่จากที่สิ่งนั้นเป็น” (วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์, 2555 : 57) โลกคือชีวิตเป็นไปตามความคิดของคน เป็นไปตามความเชื่อในการสร้างความสำเร็จแก่ชีวิตที่ยืนยันตรงกันใน Science of Getting Rich ว่า “ชีวิตคุณคือผลผลิตของความเชื่อ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องสุขภาพ ความมั่งคั่ง ความสำเร็จ หรือเรื่องทำได้และทำไม่ได้ ล้วนเป็นความเชื่อทั้งสิ้น คุณเชื่ออย่างไรก็เป็นจริงตามนั้น” (วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์, 2555 : 79) จากหลักคิดสำคัญที่กล่าวมาบอกให้รู้ว่า “ชีวิตคือผลการเลือกของคน การเลือกที่จะใช้ชีวิตเพื่อสร้างดุลยภาพชีวิต คุณค่าหรือค่านิยมในการเลือกมี 2 สิ่งเรียกว่า “คุณค่าแท้” และ “คุณค่าเทียม”

มนุษย์ควรเลือกให้ความสำคัญสูงสุดกับคุณค่าอะไรต่อชีวิตที่จะดำเนินไป คุณค่าแท้ คือสิ่งที่เป็นความจำเป็นแท้จริง (Need) ที่ได้มาจากปัจจัยภายในของสิ่งนั้น คือ สาระที่แท้จริง เช่น การดำเนินชีวิตด้วยหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่มีการคำนึงถึงหลักการใช้สอยบริโภคปัจจัย 4 ที่เป็นไปอย่างยั่งยืน ยึดถือหลักความพอประมาณ ความมีเหตุผล และความมีภูมิคุ้มกันที่ดีพร้อมด้วยเงื่อนไขของการมีปัญญา และคุณธรรม เป็นต้น คุณค่าเทียม คือสิ่งที่เป็นแค่ความต้องการ (Want) เป็นคุณค่าที่ได้จากปัจจัยภายนอกคือสาระจอมปลอม ที่ไม่มีความจำเป็นต่อการใช้ชีวิต เช่น การดำเนินชีวิตด้วยหลักปรัชญาบริโภควัตถุนิยม ที่มีการใช้สอยบริโภคปัจจัย 4 อย่างฟุ่มเฟือย ขาดหลักความพอประมาณ มีความเสี่ยงและตอบสนองไปตามความลุ่มหลงในอัตตาตามกระแสคือความอยากหรือค้นหา เป็นต้น ทุกอย่างล้วนมีเหตุผลของตัวเองเสมอ ในการสร้างดุลยภาพชีวิต มีหลักการที่สำคัญควรตระหนักอยู่ข้อหนึ่งคือ การเริ่มต้นในจุดที่ถูกต้องก่อน เมื่อสิ่งใดมีความถูกต้องสิ่งนั้นก็ย่อมจะเรียบง่าย เพราะว่าทุกสิ่งในธรรมชาติล้วนแล้วแต่ดี มีคุณค่าที่เรียบง่ายและถูกต้อง ธรรมชาติล้วนแต่มีดุลยภาพในตัวเองอยู่แล้ว หลักการชีวิตก็เช่นกัน “ชีวิตควรจะต้องง่าย ถ้าชีวิตยากแสดงว่าผิดทาง” ดังที่ปราชญ์จีนชื่อจวงจื่อ กล่าวว่า “ง่ายคือถูกต้อง เริ่มต้นให้ถูกต้อง แล้วจะทำได้ง่าย รักษาความง่ายนั้นไว้ แล้วจะถูกต้อง หากทางถูกต้องที่นำไปสู่ความง่ายก็คือ จงลืมหนทางที่ถูกต้องเสียและจงลืมหนด้วยการไปนั้นง่าย...” (เอกชัย ศรีวิลาศ, 2563 : ออนไลน์) จากหลักการนี้ได้บอกเราว่า “การใช้ชีวิตจะต้องตัดสินใจเลือกอยู่เสมอ ดังนั้น จึงต้องมีการออกแบบชีวิต”

มีความเชื่อกันอยู่ว่า “ชีวิตของทุกคนสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ” ตามหลักความจริงที่เรียกว่าอนิจจังคือความไม่เที่ยง และ “ถ้าอยากเปลี่ยนชีวิตจะต้องเริ่มจากการเปลี่ยนแปลงมุมมองชีวิตตัวเอง” เพราะความสำเร็จและความสุขในชีวิตทุกกรณีไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นโดยบังเอิญ แต่ความคิดของตนเป็นตัวกำหนดเป็นจุดเริ่มต้น ทุกสิ่งไม่ว่าสุขหรือทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของทุกคนล้วนมีเหตุผลและเหตุผลที่ว่านั้นมาจากความคิดของตนเอง ดังนั้นแล้วจะปล่อยให้ชีวิตเป็นไปตามโชคชะตาหรือว่า จะออกแบบชีวิต

ตนเอง ดังทราบกันดีว่า “ทุกชีวิตล้วนมีอิสรภาพสามารถกำหนดจุดหมายปลายทางและวิธีการที่จะไปให้ถึงจุดหมายได้ด้วยตัวเอง”

มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่ต้องใช้การตัดสินใจเพื่อเลือกอะไรให้กับชีวิตเพราะธรรมชาติมนุษย์มีคุณสมบัติที่ติดมาคือสามารถคิดและใช้เหตุผลได้ ดังนั้น ทุกคนจึงเกิดมาพร้อมกับความสามารถในการคิด ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ในการดำรงชีวิตประจำวันมนุษย์ใช้เหตุผลมาจากความรู้ที่ได้โดยประสบการณ์ในการคิดเพื่อความอยู่รอดของชีวิต จากความเข้าใจนี้จึงกล่าวได้ว่า “วิธีที่ดีที่สุดในการคาดการณ์อนาคตคือการสร้างขึ้นมาและหัวใจของการสร้างคือการใช้ความคิด” รู้กันว่าคนใช้ความคิดด้วยสมอง และสมองของเราทำงานด้วยข้อมูลที่ได้เรียนรู้ผ่านการมีประสบการณ์ต่าง ๆ ดังมีผลการวิจัยจากหนังสือชื่อ NLP : ภาษา สมอง มหัศจรรย์ ที่ได้บอกให้เราได้ว่า “ศาสตราจารย์ริชาร์ด แบนด์เลอร์ ใช้เวลาทั้งชีวิตค้นคว้าจนพบว่า มนุษย์มีความสามารถในการเรียนรู้ที่น่าอัศจรรย์ ไร้ขอบเขต ไม่มีขีดจำกัด ไม่ขึ้นกับอายุและสามารถเรียนรู้ได้รวดเร็วอย่างน่ากลัว มีสิ่งที่พึงระวังคือ ความสามารถนี้ครอบคลุมถึงการเรียนรู้ทั้งสิ่งดีและสิ่งไม่ดี” (วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์, 2555 : 58) เพื่อเปลี่ยนแปลงความเชื่อสร้างกรอบความคิด ด้วยความจำ โดยการปลูกฝังความเชื่อใหม่ สร้างความคิดใหม่ ในการนี้ วิธีการที่จะมีความรู้และพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ ของชีวิตได้ จึงควรเลือกที่จะป้อนข้อมูลหรือความรู้ที่ดีและถูกต้องให้แก่สมองของเราเพื่อทำการควบคุมสมองให้มีความคิดได้ไปตามข้อเท็จจริงที่เรามี และข้อมูลดังกล่าวจะขอเรียกว่า “ข้อคิดหรืออาหารสมอง”

เมื่อพิจารณาตามกฎแห่งการดึงดูดความสอดคล้อง ได้กล่าวไว้ว่า สิ่งที่คุณคิดจะกลายเป็นจริง “ถ้าคุณคิดอย่างไร คุณจะเป็นอย่างนั้น” สอดคล้องกับถ้อยคำที่บรรดาครูทั้งหลายกล่าวไว้ว่า “You are what You think” ตรงกับคำสอนในพุทธภาษิตว่า “จิตเตน นียติ โลโก” แปลว่า โลกอันความคิดย่อมนำไป (พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ 15 ข้อที่ 181 : 46) ความหมายว่า ความคิดมนุษย์นี้เองที่เป็นสิ่งที่กำหนดความเป็นไปของโลกและชีวิต แต่ละคนมีโลกทัศน์ชีวิตที่แตกต่างกัน มีวิธีคิดของแต่ละคนแตกต่างกัน เราทุกคนจึงถอดแบบชีวิตของตัวเองออกมาแตกต่างกัน ตัวตนของเราที่อยู่ภายใน (ความคิด) คือตัวเองที่หล่อหลอมเราให้เป็นเราวันนี้เพราะตัวตนของเราเป็นเช่นนี้ ตัวเราเท่านั้นที่เป็นผู้กำหนดชีวิตตัวเอง ชีวิตที่สุขหรือทุกข์ สำเร็จหรือล้มเหลว ดังที่กล่าวไว้แต่ตอนต้นคือ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องสุขภาพที่แข็งแรง การงานที่มั่นคง ความมั่งคั่ง ความสำเร็จ และอื่น ๆ สภาพที่เป็นอยู่ทุกวันนี้เพราะเลือกที่จะเป็น ไม่มีใครหรืออะไรที่ไหนเป็นสาเหตุ เพราะความเชื่อเป็นสิ่งที่กำหนดความคิดและความคิดจะเป็นสิ่งที่กำหนดการกระทำ การกระทำจึงเป็นสิ่งที่ตัดสินใจผลลัพท์ จึงกล่าวสรุปได้ด้วยประโยคที่ว่า “แค่ความเชื่อเราที่เปลี่ยนไปโลกทั้งใบก็จะเปลี่ยนตาม” สนับสนุนด้วยพุทธภาษิตว่า “สิ่งทั้งหลายมีใจเป็นประธาน มีใจประเสริฐที่สุดและสำเร็จได้ด้วยใจ...” (พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ 25 ข้อที่ 11 : 1)

การเข้าใจตนเอง (Self-Awareness) และการรู้ความจริงชีวิต (Understanding to Meaning of Life) จะช่วยให้เราค้นพบตนเอง (Finding Your Self) และสร้างอุดมคติหรือกำหนดเป้าหมายชีวิตที่แท้จริง สามารถออกแบบชีวิตให้ตัวเองได้ (Designing Your Life) ในที่นี้ผู้เขียนจะขอเสนออุดมคติชีวิตที่สำคัญ ที่เราควรจะมีกันคือ ความมีอิสรภาพชีวิต เพื่อชีวิตที่งดงาม มีความสุข ความสัมพันธ์ที่ดีของชีวิต (สมชีวิตา) ดังนี้ ชีวิตที่มีความสุขเป็นผลลัพธ์หรือทรัพย์สินที่น่าพึงปรารถนา ความสุขของคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน (คิหิสุข) ที่ เป็นความสุขพื้นฐานที่ทุกคนพยายามสร้างให้มีแก่ตน 4 อย่างคือ (พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ 21 ข้อที่ 62 : 68) ใจความโดยสังเขปดังนี้

1. อติสุข (สุขเกิดจากความมีทรัพย์) คือ ความภาคภูมิใจ ความเอิบอ้อมใจ ว่าโภคทรัพย์ที่ตนมีนี้ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงจากความขยันหมั่นเพียรและการวางแผนการออมของตน และโดยชอบธรรม



2. โภคสุข (สุขเกิดจากการจับจ่ายทรัพย์) คือ ความภาคภูมิใจ ความเอิบอ้อมใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพตน เลี้ยงคนผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม

3. อนณสุข (สุขเกิดจากการไม่มีหนี้) คือ ความภาคภูมิใจ ความอ้อมใจ ว่าตนเป็นไท ไร้หนี้สินติดค้าง

4. อนวัชชสุข (สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ) คือ ความภูมิใจ เอิบอ้อมใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต มีอาชีพสุจริตไม่บกพร่องเสียหาย ใคร ๆ ก็ติเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ

บรรดาความสุข 4 อย่าง ถือว่า อนวัชชสุข คือการมีอาชีพสุจริต (สัมมาอาชีพ) การมีชีวิตที่ดีงาม มีความสำคัญและเป็นความสุขที่มีคุณค่ามากที่สุดของผู้สร้างเนื้อสร้างตัวเพื่อให้บรรลุความมั่งคั่ง มั่นคง ยั่งยืน อนึ่ง การมีชีวิตดีงามยังต้องประกอบด้วยหลักการความรู้ที่เป็นคุณธรรม เช่น หลักการรักษาระเบียบ (กฤติจริยธรรม 4) หลักการสร้างฐานะ (หัวใจเศรษฐกิจ 4) หลักการบริหารสินทรัพย์ (โภควิภาค 4) หลักการบริโภค (โภคาทฤษฎี 5) หลักการดำรงชีวิตที่มั่นคง (ฆราวาสธรรม 4) หลักการดูแลสังคมให้ยั่งยืน (สังคหวัตถุ 4) เป็นต้นหลักคิดที่สำคัญที่รู้กันคือ “มนุษย์เป็นสัตว์สังคม” “มนุษย์เป็นสัตว์การเมือง” “มนุษย์เป็นสัตว์เศรษฐกิจ” “มนุษย์เป็นสัตว์เหตุผล” เป็นต้น มนุษย์จึงมีวิถีของการอยู่ร่วมกันแบบพึ่งพาอาศัยกันเป็นสังคมเศรษฐกิจและการเมืองดังกล่าว ชีวิตที่ดีจึงควรมีหลักความสัมพันธ์ที่ดีในการปฏิบัติต่อกัน

#### **ความสัมพันธ์ที่ดีคือความสุขและความพอใจในชีวิตที่แท้จริง**

มีคำปราศรัยได้กล่าวเอาไว้ว่า “ชีวิตที่ดีคือชีวิตที่ได้รับแรงบันดาลใจจากความรักและชื่นชมด้วยความรู้” และมีผลการศึกษาบทเรียนจากการวิจัยความสุขของมนุษย์ที่ยาวนานที่สุดในโลก ของโรเบิร์ต วาลดิงเจอร์ (Robert Waldinger) ในฐานะหัวหน้าคณะวิจัยด้านพัฒนาการของผู้ใหญ่กล่าวไว้ใน TED talks ตอน What makes a good life? Lessons from the longest study on happiness ดังต่อไปนี้

โครงการ Harvard Study of Development เป็นโครงการศึกษาชีวิตมนุษย์ที่นานที่สุดที่เคยมีมา โครงการกินเวลายาวนานกว่า 75 ปี งานวิจัยได้ศึกษาชีวิตของชายทั้งหมด 724 คน ถามพวกเขาเกี่ยวกับงาน ความเป็นอยู่ และสุขภาพ แน่ใจว่าคำถามได้ถูกถามโดยไม่รู้เลยว่าสุดท้ายแล้วชีวิตของพวกเขาจะไปสิ้นสุด ณ จุดไหน และด้วยความมุ่งมั่นอย่างแรงกล้าของนักวิจัยรุ่นต่อรุ่น สุดท้าย ตัวอย่างราว ๆ 60 คนจาก 724 คน ยังคงมีชีวิตอยู่ และยังร่วมอยู่ในโครงการนี้ พวกเขาส่วนใหญ่จะมีอายุประมาณ 90 ปี และพวกเขาได้ให้คำตอบที่สรุปได้แก่พวกเราว่า อะไรกันแน่คือความสุขที่แท้จริง ความสุขที่แท้จริง ก็คือความสัมพันธ์ที่ดี คำตอบพบว่าสุดท้ายแล้ว สิ่งที่มีมนุษย์ตามหากกลับไม่ใช่ชื่อเสียงที่ค้ำฟ้า ตัวเลขเงินในบัญชีแบบที่มีเลขศูนย์เยอะจนนับไม่ถ้วน แต่กลับเป็นอะไรที่เรียบง่ายกว่านั้นมากคือ ความสัมพันธ์ที่ดี ความสัมพันธ์ที่เราสร้างขึ้นเองได้ทุกวัน

งานวิจัยบอกเราว่า “คนที่มีความสัมพันธ์ที่ดี กับครอบครัว เพื่อนและสังคมของเขา ทำให้มีความสุขสุขภาพดีและอายุยืนกว่าคนที่ไม่มีความสัมพันธ์กับผู้อื่น สิ่งสำคัญคือความสัมพันธ์เหล่านั้นต้องมีคุณภาพด้วย เพื่อนมากมายที่เชื่อมต่อถึงกันไม่ได้ ความสัมพันธ์ที่รักที่แสนระหองระแหง สิ่งเหล่านี้เทียบไม่ได้เลยกับความสัมพันธ์ที่อาจจะน้อย แต่มีคุณภาพมากพอจะเยียวยาหัวใจเราได้ อะไรตอนอายุ 50 ปีที่จะบ่งบอกว่าเราจะกลายเป็นคนที่มีความสุขตอนอายุ 80 ปีได้บ้าง ไม่ใช่ความสำเร็จรุ่งโรจน์ในชีวิต แต่กลับเป็นความพึงพอใจในความสัมพันธ์ที่พวกเขามี งานวิจัยที่ยาวนานที่สุดนี้กำลังบอกพวกเราว่า คนที่ประสบความสำเร็จที่สุด คือ คนที่ทุ่มเทเวลาให้กับครอบครัว เพื่อน และสังคมของเขา การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างคือการปลูกเมล็ดพันธุ์แห่งความสุขที่จะงอกงามในอนาคต “ชีวิตสั้นนัก จน

ไม่มีเวลาสำหรับการทะเลาะ การขอโทษ การอิจฉาริษยา และการต่อว่า มีเพียงเวลาเพื่อรัก และจะว่าไปแล้วก็แสนสั้นเช่นกัน” – Mark Twain

งานวิจัยสรุปว่า สาเหตุความทุกข์ของปัญหาชีวิต 85 - 90 % มาจากปัญหาเรื่องการเงิน แต่ความมีอิสรภาพทางการเงินนั้น ดูเหมือนว่าจะเป็น “ความฝัน” ของทุกคนเพราะว่า เราทุกคนอยากมีชีวิตที่มี “อิสระ” และมีข้อเท็จจริงเป็นที่ยอมรับกันมานานแล้วว่า ความทุกข์และความยุ่งยากส่วนใหญ่ในชีวิตเกิดมาจากเรื่องปัญหาด้านการเงิน ด้วยเหตุผลคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค คือปัจจัย 4 ทั้งหลายที่จำเป็นในการดำรงชีวิตของเรา ล้วนแต่จัดหามาได้ด้วยการใช้เงิน เงินจึงเป็นสะพานหรือเครื่องอำนวยความสะดวกให้ได้มาซึ่งสิ่งจำเป็นทางกายภาพในชีวิตขั้นพื้นฐานเพื่อสร้างคุณภาพชีวิตทางกาย (การมีสุขภาพกายดี) และส่งเสริมโอกาสในการพัฒนาคุณภาพทางจิตใจ (การมีสุขภาพใจดี) ด้วยไม่ต้องกังวลกับปัญหาความต้องการขั้นพื้นฐานของชีวิตเพราะมีเงินเป็นปัจจัย 4 ที่พร้อม ดังนั้นการมีทักษะหรือความฉลาดรู้ทางการเงินจึงเป็นคำสอนตกทอดกันมาตั้งแต่โบราณแล้ว เป็นคำสอนที่เป็นแนวทางเพื่อการสร้างอิสรภาพทางการเงิน อันเป็นเบื้องต้นเพื่อการดำรงชีวิตที่มีคุณค่าและนำไปสู่ความมีอิสรภาพในชีวิตที่แท้จริงได้ ผู้เขียนจะยกเอาแนวคิดการสร้างอิสรภาพทางการเงินตามหลักพระพุทธศาสนาและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มาเป็นกรณีศึกษาไป

#### **หัวใจเศรษฐกิจ : รูปแบบการสร้างชีวิตที่มี “ความมั่นคง ความมั่งคั่ง และความยั่งยืน”**

“หัวใจเศรษฐกิจ” หรืออาจจะเรียกว่า “สมองเศรษฐกิจ” คือหลัก “ทฤษฎีอัมมิกัตถะ 4” ที่สอนเกี่ยวกับทักษะด้านการเงิน วิธีการแสวงหาประโยชน์อันเราพึงสร้างได้ในชีวิตนี้ กล่าวคือ การแสวงหาปัจจัย 4 เพื่อสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของชีวิต ที่จัดเป็นทรัพย์ (คุณค่า) ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การมีสุขภาพดี การมีร่างกายแข็งแรง ไร้โรคภัย มีอายุยืน การมีอาชีพสุจริต มีเงินทอง มีความสามารถพึ่งพาตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ มีสถานภาพทางสังคมที่ดี มีความสัมพันธ์ที่ดี เป็นที่ยอมรับนับถือในสังคม มีครอบครัวที่มีความผาสุก โดยใช้สติปัญญาตนเองสร้างมันให้มีขึ้นมา ด้วยการปฏิบัติในทฤษฎีอัมมิกัตถะ 4 ข้อดังกล่าว คือ อุฏฐานสัมปทา อารักขสัมปทา กัลยาณมิตตา และสมชีวิตา มีคำย่อต่อการจดจำ 4 คำ คือ “อุ อา กะ สะ” ใช้เรียกทั่วไปว่าคาถา “หัวใจเศรษฐกิจ” ซึ่งปรากฏอยู่ในทีฆชาดกสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ 23 ข้อที่ 144 : 256-260) ที่สามารถใช้เป็นหลักคิดในการพัฒนาเพื่อสร้าง “ความมั่นคง ความมั่งคั่ง และยั่งยืน” โดยผู้ที่เป็นวลีที่คล้องจองท่องจำกันว่า “รู้หา (อุ) รู้เก็บ (อา) รู้เสวนา (กะ) และรู้ใช้ (สะ)”

หลักการทั้ง 4 ข้อนี้ได้บอกแก่เราว่า ใครก็ตามที่มุ่งหวังชีวิตตนในการสร้างฐานะทางเศรษฐกิจให้ประสบความสำเร็จ เขาผู้นั้นจะต้องปฏิบัติตามหลักหัวใจเศรษฐกิจนี้ เมื่อสร้างอิสรภาพทางการเงินแก่ตนเองได้แล้ว สิ่งที่จะบอกว่าชีวิตของเขามีคุณค่าหรือไม่ มิใช่แค่การนับจำนวนตัวเลขในการมีสินทรัพย์ แต่เป็นชีวิตที่มีอิสรภาพ มีการแบ่งปันดูแลและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเป็นสิ่งที่กำหนดคุณค่าชีวิต ชีวิตที่ต้องมองอย่างรอบด้าน มีการบริหารสินทรัพย์เพื่อใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ด้วยสมการทางการเงินที่เรียกกันว่า “โศควิภาค 4” ที่มีสูตรแนะนำในการบริหารจัดการสรรสินทรัพย์ (Asset Allocation) ถือเป็นคำสอนที่สร้างทักษะความรู้ทางการเงิน (พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ 11 ข้อที่ 197 : 169) และหลักการจับจ่ายเพื่อใช้สอยโศคทรัพย์ “โศคาทียะ 5” ใน อาทียสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับหลวง เล่มที่ 22 ข้อที่ 41 : 44 - 46)

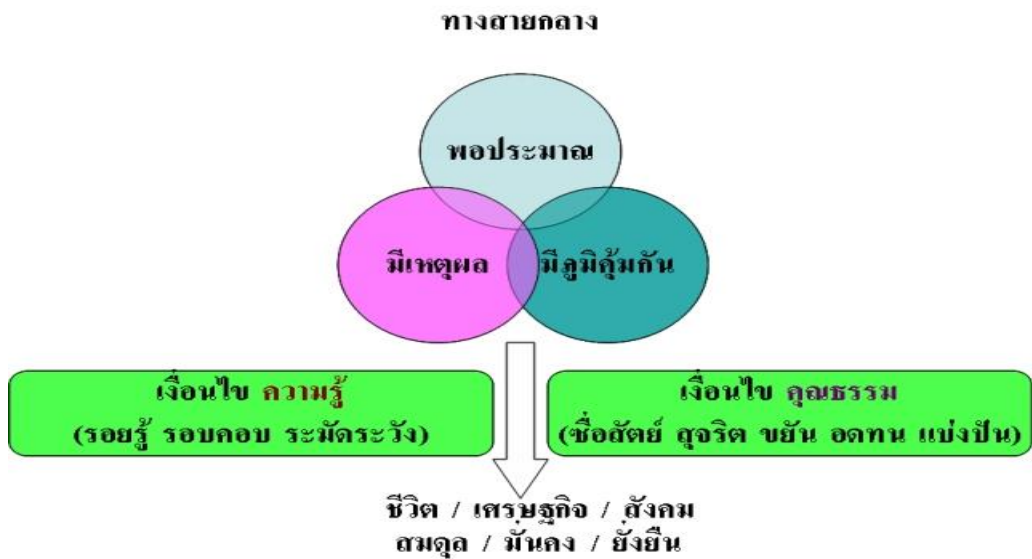
รูปแบบการสร้างชีวิตตามวิถีพุทธที่ได้กล่าวมานี้ถือเป็นเครื่องมือเบื้องต้นของอุดมคติการสร้างอิสรภาพชีวิตที่ยั่งยืน สอดรับกับกระแสโลกปัจจุบันในการให้ความสำคัญกับการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

แนววิถีการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development) ที่มีปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นศาสตร์ทางเลือกหนึ่ง

**การใช้ชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง : ชีวิตที่มีความพอดีและมีความดีพอ**

พระราชดำรัสเกี่ยวกับเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของในหลวงรัชกาลที่ 9 พระราชดำรัส ณ พระตำหนักเปี่ยมสุข วังไกลกังวล เมื่อวันที่ 17 มกราคม 2545 ความว่า “ฉันพูดเศรษฐกิจพอเพียงความหมาย คือ ทำอะไรให้เหมาะสมกับฐานะของตัวเอง คือ ทำจากรายได้ สองร้อย สามร้อยบาท ขึ้นไปเป็นสองหมื่น สามหมื่นบาท แต่คนชอบเอาคำพูดของฉัน เศรษฐกิจพอเพียงไปพูดกันจนเลอะเทอะ เศรษฐกิจพอเพียง คือ การทำเป็น Self-Sufficiency มันไม่ใช่ความหมายไม่ใช่แบบที่ฉันคิด ที่ฉันคิดคือเป็น Self-Sufficiency of Economy เช่น ถ้าเขาต้องการดูทีวีควรให้เขามีดู ไม่ใช่ไปจำกัดเขาไม่ให้ซื้อทีวีดู เขาต้องการดูเพื่อความสนุกสนาน ในหมู่บ้านไกลที่ฉันไป เขามีทีวีดูแต่ใช้แบตเตอรี่เขาไม่มีไฟฟ้า แต่ถ้า Sufficiency นั้น มีทีวีเขาฟุ่มเฟือย เปรียบเสมือนคนไม่มีสตางค์ไปตัดสูทใส่ และยังใส่เนคไทเวอร์ซาเซ อันนี้ก็เกินไป”

อนึ่งแนวคิดหลักการและทฤษฎีของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สรุปเป็นแผนภูมิภาพได้ต่อไปนี้



ภาพที่ 1 แสดงแนวคิดของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนี้ประยุกต์ใช้ได้กับอาชีพทุกระดับ ทุกสาขา และทุกภาคส่วนของระบบเศรษฐกิจ ไม่เฉพาะแต่ภาคการเกษตร แม้ภาคการเงิน อสังหาริมทรัพย์ และการค้าการลงทุนระหว่างประเทศ ก็ประยุกต์ใช้หลักความพอประมาณ หลักความมีเหตุมีผล และหลักการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี โดยมีพื้นฐานวางอยู่บนเงื่อนไขที่สำคัญ 2 ประการ คือ เงื่อนไขความรู้ (ปัญญา) และเงื่อนไขคุณธรรม (ศีลธรรม) เพื่อการพึ่งพาตัวเองได้และขยายไปสู่สังคมและประเทศตามลำดับ จากเศรษฐกิจพอเพียงขั้นพื้นฐานจนถึงเศรษฐกิจพอเพียงในระดับก้าวหน้าโดยมีสมการ “เกษตรทฤษฎีใหม่” เป็นต้น

## บทสรุป

การมีชีวิตเป็นคนสำเร็จตามอุดมคติชีวิต คือ ความมีอิสรภาพในการใช้ชีวิตตามที่ตนเองได้ ออกแบบหรือเลือก ที่มาของการมีอิสรภาพการใช้ชีวิตประกอบไปด้วย อิสรภาพ 3 ด้านคือ

1) การมีอิสรภาพทางการเงิน คือ มีสินทรัพย์ จากการลงทุน ที่สามารถสร้างรายได้ ได้ เพียงพอ ต่อรายจ่าย ในการจัดหาปัจจัย 4 คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและการรักษาโรคของผู้ นั้น

2) การมีอิสรภาพทางด้านการคิด คือ สามารถทำในสิ่งที่ ตัวเองคิด ตัวเองฝัน ได้อย่างมีอิสระ ไม่ เป็นนายตัวเองไม่ต้องรับคำสั่งจากใคร

3) การมีอิสรภาพทางด้านเวลา คือ สามารถใช้ชีวิตอยู่เหนือข้อจำกัดเรื่องเวลา เช่น ไม่ต้องเข้า งาน 8 โมงเช้า เลิกงาน 5 โมงเย็น อยากรไปที่ไหนเมื่อไหร่ก็ได้ไร้กังวล

องค์ประกอบของอิสรภาพชีวิต 3 ด้าน ด้านที่สำคัญที่สุด ก็คือ การมีอิสรภาพทางการเงิน เพราะ เป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นแรกสุดของการดำรงชีวิต เมื่อมีอิสรภาพทางการเงิน แล้ว อิสรภาพอีก 2 ด้าน ก็จะตามมาได้อย่างไม่ยาก และเมื่อกล่าวถึง “การแสวงหาอิสรภาพชีวิต“ ภูฏานด้านการพัฒนา ทักษะชีวิตส่วนใหญ่ก็มักชี้แนะว่า จุดตั้งต้นของการเดินทางชีวิตเพื่อแสวงหาก็คือ “การแสวงหาอิสรภาพ ทางการเงิน” นั่นเอง

วิธีการไปสู่ความสำเร็จของอุดมคติชีวิตมีอยู่ให้ดำเนินตามหลักการ (Principles) ที่เหล่ากูรูได้ชี้ ทางให้เลือกแล้วว่า จะเลือกให้คุณค่าและกำหนดชะตาชีวิตตนเองอย่างไร จะรู้ได้อย่างไรว่า วิธีชีวิตตัวเอง ถูกหรือผิด วิธีที่ดีที่สุดในการตอบคำถามนี้ คือ การลงมือเรียนรู้เพื่อถอดประสบการณ์จากการลงมือปฏิบัติ ดังสังขรณ์ที่ยอมรับกันว่า “ชีวิตเราคือผลลัพธ์ของการเลือก” การเลือกของคนย่อมมาจากข้อมูลในตน การคิดกำหนดการกระทำของตน การกระทำจะกำหนดนิสัย และนิสัย (พฤติกรรม) จะกำหนดอนาคตชีวิต ตน “ตนเองคือผู้ลิขิตชีวิตตน มิใช่ฟ้าเป็นผู้ลิขิต” ผู้ประสบความสำเร็จล้วนมี “ปรัชญาชีวิตของตนเอง” กล่าวคือ หลักการชีวิตและหลักการทำงานแล้วทำตามหลักการของตน กูรูด้านการพัฒนาตัวเองและ ผู้บริหารเฮดจ์ฟันด์ที่ใหญ่ที่สุดในโลกชื่อ เรย์ ดาลีโอ (Ray Dalio) กล่าวประโยคที่ตัวเองชอบพูดอยู่เสมอว่า “ผู้ใช้ชีวิตที่หวังพึ่งลูกแก้ววิเศษ สูดท้ายจะต้องได้กินเศษแก้วบนพื้น”

## เอกสารอ้างอิง

- กิริติ บุญเจือ. (2527). **ปรัชญาสำหรับผู้เริ่มเรียน**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชย์ จำกัด.
- จอมทรัพย์ สิทธิพิทยา (2019). **Principles: Life and Work**. กรุงเทพฯ: พิมพ์โดยบริษัทเอ็นซิกซ์พับ ลิซซิ่ง จำกัด.
- มูลนิธิสิรินธรธรรมชาติ. (2564). **ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**. วันที่สืบค้น 20 พฤศจิกายน 2564. เข้าถึง ได้จาก <https://www.agrignature.or.th/node/231>
- พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง** เล่มที่ 9, 17, 18, 19, 22, 23. (2521). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา พระบรมราชาวาทและพระราชดำรัสเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง. **คำสอนของพ่อหลวง ร.9**. วันที่สืบค้น 28 กุมภาพันธ์ 2565. เข้าถึงได้จาก <https://www.money.kapook.com/view159964.html>.
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. (2546). กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2540). **พจนานุกรมศัพท์ปรัชญา อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2540**. กรุงเทพฯ.

- วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์. (2555). NLP: ภาษาสมองมหัศจรรย์. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์บานานา.
- วิทย์ วิศทเวทย์. (2549). ชีวิตที่ดี. วารสารสมาคมปรัชญาและศาสนาแห่งประเทศไทย. 1 (1) : 2-21.
- สุชีพ ปุญญานภาพ. (2560). พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับสำหรับประชาชน: ย่อความจากพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี 45 เล่ม. (พิมพ์ครั้งที่ 2). ฉบับวาระครบ 100 ปี ชาตกาลอาจารย์สุชีพ ปุญญานภาพ พุทธศักราช 2560. กรุงเทพฯ : พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานโดยมูลนิธิพระไตรปิฎกเพื่อประชาชน.
- สุนทร ณ รัชชี. (2537). **ปรัชญาอินเดีย: ประวัติและลัทธิ**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อดิศักดิ์ ทองบุญ. (2540). **คู่มืออภิปรัชญา**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน.
- เอกชัย ศรีวิลาศ (2563). **ปรัชญาของ จวงจื้อ ง่ายคือความถูกต้อง** วันที่สืบค้น 20 พฤศจิกายน 2564. เข้าถึงได้จาก <https://www.gotoknow.org/posts/676196>
- Waldinger Robert. **What makes a good life lessons from the longest study on happiness?**. วันที่สืบค้น 20 พฤศจิกายน 2564 เข้าถึงได้จาก <https://www.ted.com/talks/robert-waldinger-what-makes-a-good-life-lessons-from-the-longest-study-on-happiness?language=th>