

ศิลปะแห่งการเตือนตนต้อนรับปีใหม่

Art of Self Awareness in the New Year

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), ศ.ดร.

The Most Ven.Prof.Dr.Phra Brahmapundit (Prayoon Dhammacitto)

อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

The Rector Mahachulalongkornrajavidyalaya University



บทนำ

การเตือนตนเองเป็นเรื่องสำคัญมากในการปรับเปลี่ยนชีวิตของเรา โดยเฉพาะช่วงส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ เพราะในปีใหม่อาจมีสิ่งดีงามรอเราอยู่มากมาย แต่ถ้าเราไม่มีการเตรียมตัวเพื่อรับสิ่งดีงามที่จะเข้ามาสู่ชีวิต บางทีสิ่งดีงามเหล่านั้นก็จะผ่านเลยเราไปได้ โอกาสดีๆ ไม่ได้มีมาบ่อย และเมื่อโอกาสดีมาถึง ปรากฏว่าเราไม่พร้อมที่จะรับสิ่งดีงามเข้ามาในชีวิต เราก็จะตกขบวนรถไฟอยู่เรื่อยไป

ดังนั้น ในช่วงส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่อย่างนี้ จึงเป็นเวลาที่ดีสำหรับเตรียมตัวให้พร้อม ชักซ้อมให้ดีเข้าไปสู่ชีวิตใหม่ในปีใหม่ ตามคติฝรั่งที่เริ่มนับธันวาคมเป็นเดือนสุดท้ายของปี ตามคติฝรั่งนี้ เดือนมกราคม เรียกเป็นภาษาอังกฤษว่า แจนยัวรี (January) เป็นการตั้งตามชื่อของเทพประจำเดือนมกราคม ชื่อว่า เจนัส (Janus) เป็นเทพโรมันที่มีใบหน้าสองหน้า หน้าหนึ่งสำหรับมองไปข้างหน้า อีกใบหน้าที่หนึ่งสำหรับมองไปข้างหลัง คือ หน้าหนึ่งมองไปที่ปีใหม่ 2559 ในอนาคต อีกหน้าหนึ่งมองกลับไปยังอดีตในปี 2558 ที่กำลังจะเลยผ่านไป

ที่เทพเจนัส มี 2 หน้า เพราะเทพองค์นี้หน้าที่เฝ้าประตู ใครเข้าใครออกสวรรค์ ต้องผ่านประตูนี้ เจนัสต้องคอยเหลียวไปเหลียวมาจนเมื่อยคอ เทพผู้ยิ่งใหญ่แห่งสวรรค์ของโรมัน เรียกว่า จูปีเตอร์ (Jupiter) จึงบันดาลให้เจนัสไม่ต้องเหลียวหน้าเหลียวหลัง ด้วยการทำให้เขามี 2 หน้า

หน้าที่หนึ่งสำหรับดูคนที่กำลังออกไป อีกหน้าสำหรับดูคนที่กำลังจะเข้ามา เทพเจนัสจึงเหมาะกับการเป็นสัญลักษณ์ของการเปลี่ยนแปลงจากอดีตเข้าสู่อนาคต

หน้าที่มองอดีต ถ้าเห็นว่าอะไรที่ไม่ดี ให้กันไว้ อย่าให้ตามไปรังควานเราในอนาคต นี่คือการมองไปข้างหน้า ส่วนหน้าที่มองไปข้างหลัง ก็วาดฝันพาเราเดินไปสู่เป้าหมายที่ดีงามในอนาคต

ดังนั้น ช่วงส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่เป็นเวลาที่เราจะตรวจสอบตัวเองและเตือนตนเอง ดังพุทธภาษิตที่ว่า **อดีตนา โจทยตตานํ ปฏิมัสสมตตนา** แปลความว่า จงเตือนตนด้วยตนเอง

จงพิจารณาตรวจสอบตนเองด้วยตนเอง คือเอาตัวเรามองตัวเรา ถ้าเราไม่ตรวจสอบตัวเอง ไม่เตือนตัวเอง ใครจะมาเตือนเรา ใครจะรู้จักเราเท่ากับตัวเราเอง คนที่ใกล้ชิดเรา เขามีเรื่องที่จะต้องใส่ใจ สนใจ คือตัวเขาเอง เราเองเท่านั้น รู้ว่าอะไรเป็นจุดเด่นในตัวเรา อะไรเป็นจุดด้อยที่จะต้องกำจัด ฉะนั้นเมื่อพิจารณาจุดเด่น จุดด้อยในรอบปีที่ผ่านมา เราจะได้กำจัดจุดด้อยเสริมจุดเด่น ด้วยการพิจารณาตรวจสอบ อะไรดี อะไรไม่ดี ในตัวเรา เราจึงต้องเตือนตนอยู่เสมอ

“ตนของตน เตือนตน ให้พ้นผิด

ตนเตือนจิต ตนได้ ใครจะเหมือน

ตนเตือนตน ไม่ได้ ใครจะเตือน

อย่าแช่เชือน เตือนตน ให้พ้นภัย”

ช่วงเวลาก่อนจะสิ้นปี ให้ใช้ใบหน้าที่มองไปข้างหลังเตือนตังเรา และให้ใบหน้าที่มองไปข้างหน้าวางแผนสำหรับอนาคต การวางแผนสำหรับอนาคต คือปี 2559 วางแผนอนาคตให้ตรงจุดเด่นของเรา อย่าไปทำตรงจุดด้อย การเตือนตนในที่นี้คือ เตรียม ที่จะทำในสิ่งที่เราประสงค์ เมื่ออายุมากแล้ว เราเตรียม อะไรไว้สำหรับเดินทาง เช่นหาบุญกุศล จดการมรดก ให้คนอยู่ข้างหลังไม่ต้องทะเลาะแย่งมรดกกัน นี้เรียกว่า ไม่ประมาท อย่าปล่อยให้ความล่องลอยผ่านไป ถ้าหลายๆต้นๆ อยู่อย่างไม่มีเป้าหมาย เรียกว่าเป็นคนพาล พาลแปลว่าคนไร้ปัญญา อยู่สักแต่ว่าหายใจเข้า หายใจออกไม่มีแผนการอันเป็นประโยชน์สำหรับอนาคต ส่วนบัณฑิตคือผู้มีปัญญานึกถึงประโยชน์ปัจจุบันและประโยชน์ในอนาคต บัณฑิตทำประโยชน์ปัจจุบันยังไม่พอ ต้องคิดจะทำประโยชน์ปีหน้าและปีต่อไป ดังพุทธภาษิตที่ว่า **ทิฏฐธัมมจโย อตฺถโย จตฺถโส สมปรายโก** เป็นต้น แปลความว่า คนมีปัญญาท่านเรียกว่าบัณฑิต เพราะคิดถึงประโยชน์ปัจจุบันและประโยชน์ระยะยาวในอนาคต

ทุกอย่างต้องมีการเตรียมพร้อม เวลาเตรียมตัวต้องพิจารณาว่า เราพร้อมที่จะทำสิ่งนี้ไหม ถ้าไม่พร้อมต้องเตรียมตัว เตรียมใจก่อน ถ้าหากว่ามีอะไรจะต้องแก้ไขปรับปรุงให้เกิดความพร้อม ต้องกลับจิตกลับใจ กลับกาย กลับตัว กลับหางกลับหัว เปลี่ยนชั่วให้เป็นดี อะไรที่ไม่พร้อม ไม่ดี ที่ผ่านมามาอย่าไปเก็บเอาไว้ ทำสิ่งที่ดีงามให้กับตัวเอง และอย่าไปผัดผ่อนให้เวลาผ่านไปอย่างไร้คุณค่า เวลาทุกนาทีหมดไปแล้วเอากลับคืนไม่ได้ ปี 2558 หมดไปแล้ว เอากลับมาได้หมด บางคนบอกว่า เวลาเป็นเงินเป็นทอง อันที่จริง เวลาดีกว่าเงินทอง เพราะเงินทองหล่นหายแล้วตามหาคืนได้ แต่เวลาหมดแล้วหมดเลย ไม่มีวันทวนคืนมา โอกาสดีมีเพียงครั้งเดียวเหมือนเรื่องดังต่อไปนี้

นกพิราบกับมดเป็นเพื่อนกัน นกทำรังอยู่บนต้นไทร ส่วนมดอาศัยอยู่ริมแม่น้ำใต้ต้นไทร ต้นไทรอยู่ริมน้ำแม่กิ่งก้านสาขายื่นไปในแม่น้ำ ส่วนมดทำรังอยู่บนดิน นกกับมดเป็นเพื่อนโดยไม่รังเกียจว่าตัวเล็กจะมีประโยชน์อะไร คิดว่าอย่างน้อยเอาไว้คุยแก้เหงา สร้างมิตรภาพกัน จนกระทั่งวันหนึ่งฝนตกหนัก น้ำเจิ่งนองล้นตลิ่ง มดไม่ทันระวังตัว น้ำมาพัดเอามดลอยไปกลาง

แม่น้ำ นกมองเห็นความทุกข์ของเพื่อนคิดจะช่วย แต่นกว่ายน้ำไม่เป็น นกมีจุดอ่อน อะไรคือจุดแข็งของนกจุดแข็งคือนกบินได้ นกใช้จุดแข็งของตนให้เป็นประโยชน์นึกคิดเตือนตัวเองว่า เพื่อนจะจมน้ำตายอยู่แล้ว ถ้าเราไม่ช่วยตอนนี้ มดตายแน่นอน โอกาสมีแค่นี้คิดเดียวนึกเตือนตัวเองให้รีบช่วยมด นกใช้ปัญญาคิดหาวิธีช่วยเพื่อน เมื่อคิดออกนกกก็รีบบินคาบเอาใบไม้แห้งโฉบลงไปใกล้มดที่กำลังจะจมน้ำ ทั้งใบไม้ลงใกล้ตัวมดเหมือนแพกู้ชีพ ตะโกนบอกให้มดปีนขึ้นมามบนใบไม้ มดมองเห็นใบไม้ให้รู้สึกขอบคุณนก มดรีบปีนขึ้นไปเกาะบนใบไม้ ใบไม้ลอยไปตามน้ำ นกก็บินโฉบมาอีกรอบ เอาปากคาบใบไม้ที่มีมดอยู่นั้นมาวางไว้บนบกริมตลิ่ง มดรอดชีวิตด้วยความมีน้ำใจและการช่วยอย่างทันเวลาของนก เวลาไม่คอยท่า การที่นกพิราบตัดสินใจอย่างรวดเร็วได้ช่วยมดให้รอดตาย

เหตุการณ์ผ่านไปด้วยดี จนกระทั่งวันหนึ่งนายพรานเดินมาได้ต้นไทร เล็งธนูไปที่นกพิราบตัวนั้นซึ่งกำลังเกาะกิ่งไทร นายพรานขึ้นธนูเตรียมจะยิงนก มดอยู่ข้างล่างมองเห็นเหตุการณ์ตลอด ถ้าไม่ตัดสินใจให้ทันท่วงที นกอาจตายได้ มดมีน้ำใจอยากจะช่วยเพื่อ แต่ต้องพิจารณาตัวเองเหมือนกัน มดตัวเล็กๆ จะช่วยนกได้อย่างไร มดใช้จุดแข็งให้เป็นประโยชน์ ตรวจสอบตัวเองว่า มดมีจุดแข็งอะไร จุดแข็งของมดคือกัดเก่ง มดจึงรีบกัดที่เท้าของนายพรานที่กำลังเล็งธนูไปที่นก นายพรานโดนมดกัดร้องอุทานเสียงดัง ธนูหลุดมือ นกพิราบได้ยินเสียงอุทานก็บินหนีไปทันทีและนึกขอบคุณมดว่า เรารอดตายเพราะเพื่อนตัวน้อยๆ คือมด มดช่วยนกทันการณ์เพราะตัดสินใจทันเวลา ถ้ามดข้านิดเดียวนกคงตายแล้ว สัตว์ทั้งสองรู้จักเตือนตนให้ทำการทันเวลา

การเตือนตนในช่วงปีใหม่

การเตือนตนในช่วงปีใหม่ประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้

- 1) อ่านตนออก สิ่งที่เราจะทำในอนาคตตรงกับจุดเด่นที่เรามีหรือไม่ หากจุดเด่นให้พบ ถ้าไม่มีต้องเสริมจุดด้อยให้เป็นจุดเด่น
- 2) บอกตนได้ คือ สอนตน บอกตน เตือนตนให้แก้ไขจุดอ่อนด้วยการพัฒนาตนให้พร้อมที่จะรับหรือ ทำในสิ่งใหม่ในปีใหม่
- 3) ใช้ตนเป็น หมายถึง ตัดสินใจทันเหตุการณ์เมื่อถึงเวลาต้องทำ อย่ามัวโอ้อวดอากาศ เช่นเดียวกับมดที่ตัดสินใจกัดเท้านายพราน ช่วยนกให้รอดตายเวลาไม่คอยท่าใคร

“เวลาและวารี	มิได้มีที่คอยใคร
เรือเมล์และรถไฟ	ก็ต้องไปตามเวลา
โอ้อวดและอวดอาด	มักจะพลาดปรารถนา
พลาดแล้วจะโศกา	อนิจจาเราช้าเอง”

- 4) เห็นตนชัด เห็นความไม่เที่ยง เผื่อใจไว้สำหรับความผิดหวังในกรณีที่ไม่เป็นไปตามที่เราวาดฝัน

4 วารสาร มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์ ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 (มกราคม – เมษายน 2559)

วันนี้เป็นวันที่สำคัญที่สุด ถ้าคิดจะเตรียมการเพื่อปีหน้าที่ดีกว่า ให้ทำตั้งแต่ปีนี้ อยากจะสร้างอนาคต สำหรับวันพรุ่งนี้ที่ดีกว่าให้เริ่มทำตั้งแต่วันนี้

“วันไหนไหน ไม่สำคัญ เท่าวันนี้

เป็นวันที่ สำคัญ กว่าวันไหน

มะรืนนี้ พรุ่งนี้ ดืออย่างไร

ก็ยังไม่ สำคัญ เท่าวันนี้”

สรุป

วันนี้ ถ้าเราจะทำอะไรได้ ให้รีบทำ เพราะเมื่อทำดีแล้ว ความดีจะพาวันพรุ่งนี้ซึ่งดีกว่า มาพบเรา ถ้าจะเดินทางหนึ่งหมื่นลี้ มันต้องเริ่มที่ก้าวแรก ปีหน้าจะดีแค่ไหน เพียงไร มันอยู่ที่วันนี้ เริ่มวันนี้ให้ดีแล้วทำต่อไปด้วยการเตือนตน คืออ่านตนออกว่ามีจุดเด่นอะไร บอกตนได้ ที่ให้แก้ไขจุดด้อย ใช้ตนเป็นเมื่อมีโอกาสดึงดูดจิตใจ เห็นตนชัด ไม่ประมาทต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

