

บทที่ 3

สภาพปัญหา

ตามคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งที่เป็นสำหรับชีวิตหรือปัจจัยสี่นั้น ได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค และเครื่องนุ่งห่ม จะเห็นได้ว่าแท้ที่จริงแล้ว ปัจจัยทั้ง 4 อย่างนี้ ก็มีความหมายเกี่ยวพันกันโดยตรงต่อสุขภาพของมนุษย์เราเป็นอย่างยิ่ง เพราะแต่ละปัจจัยมีผลต่อสุขภาพ ทั้งสิ้น ถ้าหากจะกล่าวกันว่า ในการที่คนเราจะดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขในโลกนี้นั้น องค์ประกอบสำคัญ ที่สุดอย่างหนึ่ง ได้แก่ สุขภาพ เพราะความมีสุขภาพดีย่อมเป็นที่พึงปรารถนาของมวลมนุษย์ทุกรูปทุกนาม สำหรับทุกสุขภาพ ก็คงไม่มีผู้ใดต้องการแน่ สุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นที่ยากจะหาสิ่งใดมาเปรียบได้ ดังที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้เป็นพระพุทธานุญาตว่า “อโรคา ปรมาลาภา” ซึ่งแปลว่า “ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ” พระพุทธานุญาตข้อนี้ แม้แต่ชาวอารยประเทศทางตะวันตกยังยอมรับ นับถือกันและได้มีผู้นำไปตีพิมพ์ลงในหนังสือสุขวิทยาบางเล่ม พร้อมทั้งแปลไว้ว่า สุขภาพ คือ “พรอันประเสริฐสุด”

นอกจากนี้ ยังมีสุภาษิตของชาวอาหรับโบราณกล่าวไว้อย่างน่าสนใจอีกว่า คนที่มีสุขภาพดี คือ คนที่มีความหวังและคนที่มีความหวัง คือ คนที่มีทุกสิ่งทุกอย่าง (He who has health has hope and he who has hope has everything) ซึ่งนั้นก็หมายความว่า สุขภาพ คือ วิถีแห่งชีวิต (Health is a way of life) สุขภาพจะเป็นเสมือนหนึ่งวิถีทาง อันจะนำบุคคลไปสู่ความสุขและความสำเร็จต่าง ๆ นานา ในชีวิต มิใช่เพียงแต่เป็นขอปรารถนาหรือจุดหมายปลายทางของบุคคลแล้วที่สิ้นสุดแค่นั้น หรืออีกนัยหนึ่ง สุขภาพไม่ใช่ดอกกุหลาบของชีวิต แต่สุขภาพเป็นเหมือนปุ๋ยในดิน ซึ่งจะช่วยให้ต้นกุหลาบในกระถางเจริญงอกงามเติบโตจนกระทั่งผลิดอกออกช่อเป็นดอกกุหลาบ หรือความสำเร็จแห่งชีวิตนั้นต่างหาก จึงอาจกล่าวได้ว่าสุขภาพ คือ คุณภาพอย่างหนึ่งของชีวิต หรืออย่างที่บางท่านสรุปรวมเรียกว่า “สุขภาพชีวิต” นั่นเอง

เรื่องสุขภาพที่สมบูรณ์ แม้จะเป็นสิ่งที่ยอมรับกันว่าเป็นขอปรารถนาของมนุษย์มาเป็นเวลานานแล้ว แต่ในปัจจุบันก็ดูเหมือนจะมีประชากรตั้งครึ่งโลกทีเดียว ที่ยังไม่เห็นความสำคัญและไม่เข้าใจความหมายที่แท้จริงของสุขภาพ โดยมักทราบกันแต่เพียงผลร้ายอันเกิดแก่สุขภาพเท่านั้น กล่าวคือ ทราบแต่เพียงสภาพร่างกายที่ชำรุดทรุดโทรม เกิดโรคร้ายไข้เจ็บและประสบอุบัติเหตุหรือทุกข์ยากต่าง ๆ ซึ่งอาจรวมเรียกได้ว่า ทุกสุขภาพ เป็นต้น ถ้าจะเปรียบกันไปสุขภาพก็เหมือนกับทรัพย์สมบัติ อันล้ำค่าอย่างหนึ่ง ซึ่งปกติคนเราไม่มีใครจะมองเห็นคุณค่ากันมากนัก แต่จะมองเห็นคุณค่าก็ต่อเมื่อตนเอง ได้สูญเสียสุขภาพนั้น ๆ ไปแล้ว และมีทุกสภาพเข้ามาแทนที่ เช่น