



มรณานุสสติ *Maranaṅgassati*



สตีฟ จอบส์ เสียชีวิตลง ด้วยอายุเพียง 56
ปี ด้วยโรคมะเร็งตับ
ในขณะที่ เป็น “มหาเศรษฐี”
ทรัพย์สินที่เขา มีมูลค่าถึง 7 พันล้านเหรียญ
(ประมาณ 2 แสนกว่าล้านบาท)...
และนี่คือคำพูดสุดท้ายของเค้า...

“ในสายตาของคนอื่น ...

ชีวิตผมเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จอย่างเยี่ยมยอด...

แต่นอกจากเรื่องงานแล้ว ...

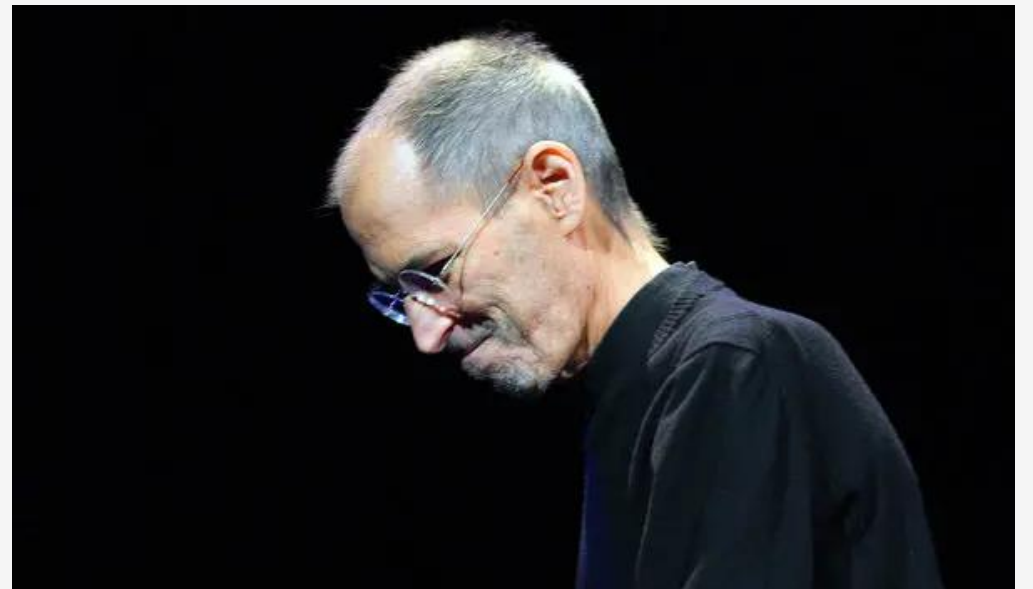
ผมมีความสุขสนุกสนานน้อยมาก

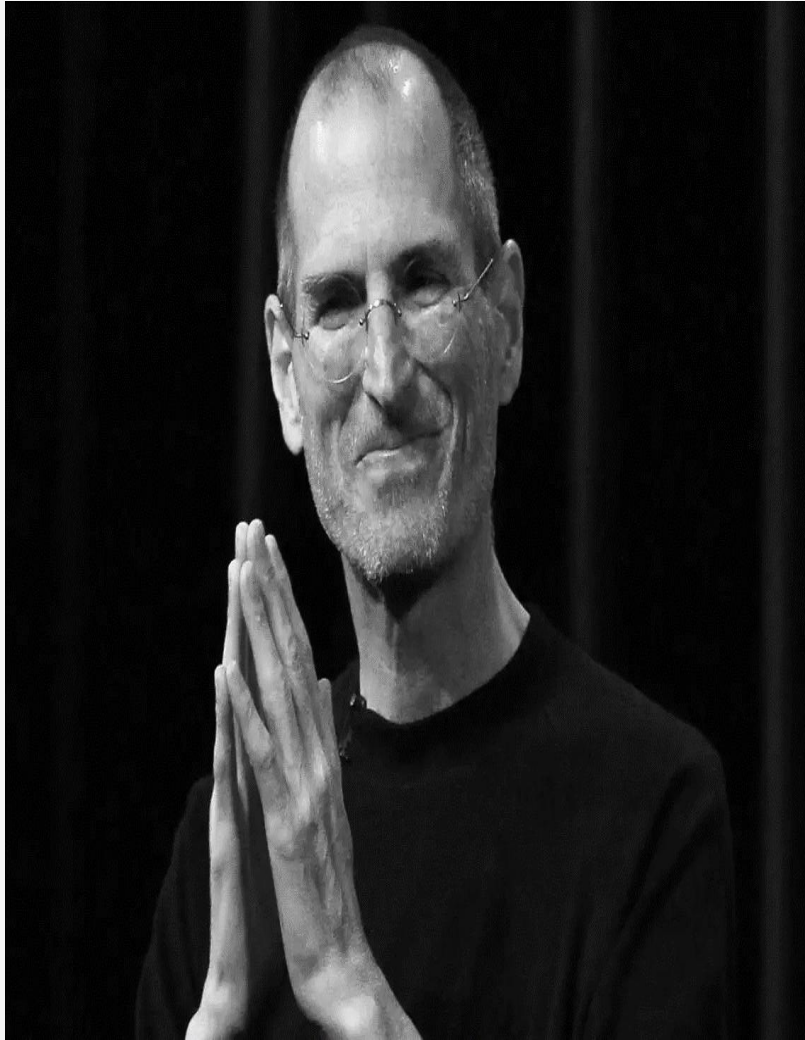
และในที่สุดแล้ว ...

ความรำรวย

ก็เป็นเพียงแค่ความจริงในชีวิต เพียงรูปแบบเดียวที่ผมมี”

“ในตอนนี่... ที่ผมนอนอยู่บนเตียง...
ป่วย
และระลึกถึงชีวิต
ที่ผ่านมาทั้งหมด...
ผมตระหนักได้ว่า
ชื่อเสียง และเงินทอง
ที่ผมมี ไม่ได้มีค่าใดๆ กับผมเลย
กับในตอนที่ผมใกล้ถึงวาระสุดท้ายของชีวิตนี้”





“...คุณอาจจะจ้างใคร มาขับรถให้คุณนั่งได้...
จ้างใครสักคน มาทำเงินให้กับคุณได้...
แต่คุณไม่สามารถเช่าใครสักคน
ให้มาแบกโรคภัยไข้เจ็บให้กับเราได้
เราอาจจะหาวัตถุสิ่งของทั้งหลายได้...
แต่มีอยู่สิ่งหนึ่งที่เราไม่สามารถหามา
เมื่อเราสูญเสียมันไปได้
นั่นก็คือ – “ชีวิต”
ดูแลตัวเองให้ดี... และชื่นชมยินดีกับผู้อื่น...”



นาฬิกา

ไม่ว่าจะราคาเรือนละ \$30 (ประมาณ 900 กว่าบาท)

หรือ

เรือนละ \$300 (ประมาณ 9,000 กว่าบาท)

ต่างก็บอกเวลาเหมือนกัน



กระเป๋าสตางค์ใบละ \$30 (ประมาณ 900 กว่าบาท)

หรือ

ใบละ \$300 (ประมาณ 9,000 กว่าบาท)

จำนวนเงินในกระเป๋าสตางค์

ก็ยังมีค่าเท่าเดิม



ซื้อรถคันละ \$150,000 (ประมาณ 4 ล้านกว่าบาท)

หรือ

รถคันละ \$30,000 (ประมาณ 9 แสนกว่าบาท)

ถนนและระยะทาง

ก็ยิ่งเท่าเดิม

เราไปถึงจุดหมายปลายทางเดียวกันได้





ดีมีไวน์ขวดละ \$300 (ประมาณ 9,000 กว่าบาท)

หรือ

ขวดละ \$10 (ประมาณ 300 กว่าบาท)

“เมกา”

ก็เดินท่าเดียวกัน



บ้านที่เราอยู่

ขนาด 300 ตารางเมตร

กับ

ขนาด 3,000 ตารางเมตร

ยังไงก็เหงา

เหมือนๆ กัน

"ความสุขจากภายใน ไม่ได้มาจากสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ ในโลกนี้
ไม่ว่าจะบินชั้นเฟิร์สคลาส หรือ ชั้นประหยัด ถ้าเครื่องบินตก เราก็ตกด้วยกันทั้งลำ"
ดังนั้นแล้ว... ผมจึงหวังว่า..คุณจะได้เข้าใจว่า เมื่อคุณมีเพื่อนๆ หรือใครสักคน เอาไว้พูดคุยด้วย
นั่นคือ **“ความสุขที่แท้จริง!”**

5 สิ่งที่เราไม่อาจ ปฏิเสธได้

“..อย่าสอนลูกหลานแค่เรื่องความรวย..แต่ให้สอนพวกเขา
เค้าให้มีความสุข เมื่อพวกเขาเติบโตขึ้น พวกเขาจะรู้คุณค่าของสิ่ง
ต่างๆ... ไม่ใช่แค่เรื่องของราคา จงกินอาหารให้เป็นยา.. ไม่เช่นนั้น
แล้ว คุณจะต้องกินยาแทนอาหาร ใครก็ตามที่รักคุณจริงๆ จะไม่
ทอดทิ้งคุณ... แม้ว่าเค้าจะมีเหตุผลเป็นร้อยเป็นพันอย่างที่จะทิ้ง
คุณไป แต่เค้าก็จะหาเหตุผลเพียงข้อเดียวที่จะอยู่ต่อ..”

“..มันมีข้อแตกต่างที่ชัดเจนมากๆ ระหว่างการเป็นมนุษย์
กับการเป็นแค่คนๆหนึ่ง ถ้าอยากไปได้เร็ว ให้ไปคนเดียว แต่ถ้า
อยากไปได้ไกล ให้ไปด้วยกัน”

(สุภาสิตของชาวแอฟริกัน)



หกอย่างที่ดียิ่งที่สุด 6 อย่างในโลกนี้ คือ...

Sunlight

Rest

Exercise

Diet

Self Confidence

Friends

... จงรักษาสิ่งเหล่านี้ไว้ให้ดี ... ในทุกช่วงของชีวิต ... มีความสุขกับชีวิตที่มีสุขภาพที่แข็งแรง...

... ไม่ว่าจะคุณอยู่ในช่วงชีวิตไหนในตอนนี้ ... เมื่อกาลเวลาผ่าน... เราจะต้องเผชิญหน้า...

... วันที่มานแห่งชีวิตเราได้ปิดลง...

จงขอบคุณความรักที่มีต่อครอบครัว ความรักที่มีต่อคู่สมรส ความรักที่มีต่อมวมมิตรไว้

ดูแลตัวเองให้ดี ชื่นชมยินดีต่อผู้อื่น



**Nobody Knows
"tomorrow"**

or

"next life"

will come first