เกิดสองครั้ง ตายสองครั้ง

ระหว่างวันที่รู้ว่าเกิดมาทำไม กับวันที่ไม่มีใครจำเราได้



ธนปัญโญ

สารบัญ

บทที่ 1 บทนำ 5

บทที่ 1 — ลมหายใจแรกที่เราเลือกไม่ได้ 12

บทที่ 2 — การมีอยู่ ไม่เท่ากับการมีชีวิต 19

บทที่ 3 — กับดักของชีวิตอัตโนมัติ 26

บทที่ 4 — เสียงกระซิบที่เราชอบกลบ 33

บทที่ 5 — ทำไมคนถึงกลัวคำถามว่า "เกิดมาทำไม" 40

บทที่ 6 — สัญญาณว่าคุณยัง "ไม่ได้เกิดครั้งที่สอง" 47

บทที่ 7 — วันที่สำคัญที่สุดวันที่สอง 57

บทที่ 8 — ความหมายไม่ได้ "หา" แต่ "สร้าง" 65

บทที่ 9 — สามประตูสู่ความหมาย 73

บทที่ 10 — ความทุกข์ที่กลายเป็นเข็มทิศ 81

บทที่ 11 — เมื่อ "เพื่ออะไร" ใหญ่กว่า "อย่างไร" 89

บทที่ 12 — เขียนคำตอบของตัวเอง: "ฉันเกิดมาเพื่อ__" 97

บทที่ 13 — จงใช้เวลา อย่ารักษามันไว้เฉย ๆ 107

บทที่ 14 — เวลาคือสกุลเงินเดียวที่ซื้อคืนไม่ได้ 114

บทที่ 15 — ทำน้อยแต่ลึก ดีกว่าทำมากแต่ตื้น 121

บทที่ 16 — ความกล้าที่จะเริ่มตอนสาย 128

บทที่ 17 — อยู่กับปัจจุบันโดยไม่ลืมปลายทาง 135

บทที่ 18 — คุณค่าวัดที่ "ให้" ไม่ใช่ "ได้" 142

บทที่ 19 — ความตายครั้งแรกที่เราหลีกไม่ได้ 150

บทที่ 20 — ความตายครั้งที่สองที่เราเลือกได้ 157

บทที่ 21 — มรดกไม่ใช่ทรัพย์สมบัติ แต่คือสิ่งที่เปลี่ยนคน 164

บทที่ 22 — เมล็ดพันธุ์ที่เราไม่ได้เห็นมันโต 171

บทที่ 23 — เขียนคำไว้อาลัยของตัวเอง 179

บทที่ 25 บทส่งท้าย — มีชีวิตอยู่ในแบบที่ไม่ตายง่าย ๆ 187

บทที่ 26 เกี่ยวกับผู้เขียน 194

บทที่ 1

บทนำ

มีประโยคหนึ่งที่ฟังดูเหมือนปริศนา แต่ยิ่งคิดยิ่งจริง

"คนเราเกิดสองครั้ง ครั้งแรกคือตอนที่เราหายใจ ครั้งที่สองคือตอนที่เรารู้ว่าเกิดมาทำไม"

การเกิดครั้งแรกนั้นเราทุกคนผ่านมันมาแล้ว มันคือวันที่เราออกมาจากท้องแม่ ร้องไห้เสียงแรก แล้วเริ่มหายใจด้วยตัวเอง วันนั้นถูกบันทึกไว้ในสูติบัตร มีคนจำได้ มีคนดีใจ มีเค้กวันเกิดทุกปีเพื่อนับว่าผ่านมากี่รอบแล้ว เรามีหลักฐานของการเกิดครั้งแรกเต็มไปหมด ทั้งรูปถ่าย ทั้งคำเล่าของพ่อแม่ ทั้งตัวเลขอายุที่เพิ่มขึ้นทุกปี

แต่การเกิดครั้งที่สองไม่มีใบรับรอง ไม่มีวันที่แน่นอน บางคนเกิดครั้งที่สองตอนอายุยี่สิบ บางคนตอนสี่สิบ บางคนตอนหกสิบ และน่าเศร้าที่บางคนหายใจไปจนวันสุดท้ายของชีวิตโดยที่ไม่เคยเกิดครั้งที่สองเลย เขามีลมหายใจครบทุกวัน แต่ไม่เคยมีวันที่รู้สึกตื่นขึ้นมาจริง ๆ

การเกิดครั้งที่สองคือวันที่เราตื่นขึ้นมาแล้วรู้ว่า เราอยู่บนโลกนี้เพื่ออะไร ไม่ใช่ในความหมายที่ยิ่งใหญ่จนจับต้องไม่ได้ แต่เป็นความรู้สึกชัดเจนข้างในว่า ชีวิตของเรามีทิศทาง มีสิ่งที่เราอยากทำ มีคนที่เราอยากดูแล มีงานที่เรารู้สึกว่ามันคุ้มค่าที่จะตื่นมาทำในแต่ละเช้า