

สัมผัสอัศจรรย์แห่งชีวิต

นานปีมาแล้ว ขณะยืนเหนือหุบเขา แกรนด์ แคนยอน ที่สหรัฐฯ ผมทอดสายตามองดูเทือกผาตระหง่านกว้างไกลสุดลูกหูลูกตา ก็ให้รู้สึกอัศจรรย์ใจต่อพลังสร้างสรรค์ของธรรมชาติ เป็นความรู้สึกปีติผสมระทึกใจ

นานปีมาแล้วเช่นกัน ผมยืนกลางชายป่าในซีกโลกเหนือ ยามฤดูใบไม้ร่วงโอบกอดโลก ใบไม้สีแดงและเหลืองแต่งแต้มสีบนแทบทุกตารางนิ้วของผืนป่า ให้รู้สึกอัศจรรย์ จิตสั่งจ้องต่อภาพที่เห็น

อีกหลายหนในชีวิต ยามเงยหน้ามองฟ้าราตรี แลเห็นดวงดาราโปรยหว่านไปค่อนทางช้างเผือก ก็รู้สึกว่าตัวตนของเราช่างกระจิริด ยืนอยู่ ณ โลกใบเดิม แต่รู้สึกไม่เหมือนเดิม ความรู้สึกอัศจรรย์ผุดขึ้นอาบหัวใจ

ความรู้สึกแบบนี้ ภาษาอังกฤษใช้คำว่า awe แปลตรงตัวว่า ความยำเกรง ครั่นคร้าม เคารพ แต่บริบทที่เรามักใช้กันคือความรู้สึกผสมปนประหว่งความเคารพ ความยำเกรง ความทึ่ง ความตื่นตาที่เกิดจากการพบเห็นบางสิ่งที่น่าอัศจรรย์หรือศักดิ์สิทธิ์ เช่น ไปนครวัด หรือพีระมิด หรือภูเขาฟูจิ หรือมองดูป่าไม้แดงยักษ์ที่แคลิฟอร์เนีย หรือพบปะใครคนหนึ่งที่น่าทึ่งน่าอัศจรรย์

บางครั้งการมองสายฝนโปรยปราย ดวงอาทิตย์ตกดิน พระจันทร์เหนือน้ำ ก็สามารถทำให้จิตเรารู้สึกอ่อนโยนลง สัมผัสอัศจรรย์แห่งธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ได้

อยู่กับปัจจุบัน รับรู้ความเป็นไปของจักรวาล

ธรรมชาติเป็นยารักษาใจอย่างหนึ่ง นี่เองที่ทำให้เรารู้สึกสงบสยดเมื่ออยู่กับธรรมชาติ เพราะเราก็คือปาฏิหาริย์อย่างหนึ่งในจักรวาล

การเข้าป่า แลเห็นต้นไม้ใหญ่ ภูผาตระหง่าน สายน้ำ ทำให้เรารู้สึกว่าตนเองกระจิริด และรู้สึกเกรงขามต่อธรรมชาติ

ความงามมักสัมพันธ์กับ awe ไม่จำเป็นต้องเป็นรูปทางตาเสมอไป นี่เองที่เราอาจได้รับ awe จากดนตรี

เรามักใช้คำว่า awe กับสิ่งอัศจรรย์ ยิ่งใหญ่ หรือเหตุการณ์พิเศษ วันที่ลูกเกิดจากท้องแม่ เสียงร้องแรกของการกบิณ เขาถึงยอด มันทำให้เราเติมเต็มตนมากขึ้น

การพบความสัจธรรมใจมีเพียงดีต่อใจ ยังดีต่อสุขภาพ งานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ชี้ว่า การสร้าง awe หรือสัมผัสมัน ทำให้สภาพจิตใจดีขึ้น มีชีวิตดีขึ้น และยังเราประสบ awe บ่อยครั้งเท่าไรก็ยิ่งทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของเราดีขึ้น

awe ก็อาจเกิดกับความเชื่อทางศาสนาหรือจิตวิญญาณ นี่เองอาจเป็นคำอธิบายว่าคนบางคนมองศาสนาเป็นเรื่องอัศจรรย์ ทำให้จิตใจดีขึ้น เมื่อจิตดี ร่างกายก็พลอยดีไปด้วย

ตัวอย่างเหล่านี้มักเป็นเรื่องในสเกลใหญ่ ทว่าเราก็สามารถใช้กับสิ่งเล็ก ๆ เช่นกัน ขึ้นกับมุมมองและโลกทัศน์ของเรา

การมองสิ่งยิ่งใหญ่แล้วรู้สึกอัศจรรย์เป็นเรื่องหนึ่ง แต่หากสามารถมองสิ่งเล็ก ๆ ธรรมดาเป็น awe จึงสุดยอด

เพราะทำให้มองโลกธรรมดาด้วยสายตาอัศจรรย์ ดิซ นัท ฮันท์ มักพูดถึงความอัศจรรย์หรือปาฏิหาริย์ของการกระทำเรื่องง่าย ๆ เช่น เดินบนยอดหญ้าด้วยเท้าเปล่า

เพียงเปลี่ยนวิธีคิด เรื่องธรรมดาก็น่าอัศจรรย์ได้ นี่ทำให้ชีวิตพิเศษ ทำให้วันธรรมดาเป็นวันพิเศษ

เราสามารถสร้างความรู้สึกอัศจรรย์ได้ในทุกวัน มันทำให้เรามองโลกใบเดิมต่างจากเดิม และทำให้เรารักชีวิตของเรามากขึ้น

นานปีมาแล้ว สมัยเป็นเด็ก ผมเคยอ่านนิยายภาพสั้น ๆ เรื่องหนึ่ง จากคือสมัยก่อน ชายคนหนึ่งถูกขังในคุกของปราสาท มองผ่านลูกกรงออกไปเป็นโลกกว้างภายนอก

วันหนึ่งนกคาบเมล็ดพืชมาเกาะ เมล็ดตกลงไปในร่องปูนของห้องขัง ต่อมาฝนตก ไม่นานเมล็ดก็แตกหน่อออกมา ชายนักโทษเฝ้า มองต้นกล้าที่งอกขึ้นมาทั้งวัน เฝ้าดูมันทุกวัน จนกระทั่งมันเติบโตใหญ่ ปกคลุมกำแพงคุก ออกดอกสะพรั่ง

มุมมองของชีวิตเขาเปลี่ยนไป พลันเขาเข้าใจโลกและชีวิต และคุกก็หายไปจากใจของเขา เขาไม่รู้สึกว่าตนเป็นนักโทษอีก

นี่ก็เป็นคอนเสิร์ตเดียวกับเรื่องสั้น *กระถางชะเนียงริมหน้าต่าง* ชายคนหนึ่งเกิดอุบัติเหตุกลายเป็นอัมพาต เขาคิดจะตาย จนกระทั่งวันหนึ่งนางพยาบาลนำกระถางใบหนึ่งมา ปลุกต้นชะเนียงที่ริมหน้าต่าง เขาเฝ้าดูมันทุกวันจนเติบโต ต้นชะเนียงเติบโตขึ้นทุกวัน และมันเปลี่ยนชีวิตเขา ทำให้เขาเข้าถึงความสงบ

เขารู้สึกเป็นอิสระแม้กายถูกจองจำในร่างของเขาเอง เมล็ดพืชเป็นสิ่งเล็ก ๆ ธรรมดา แต่ในเรื่องทั้งสองกลายเป็นสิ่งอัศจรรย์แห่งชีวิต ขึ้นกับมุมมองของคนที่มีมุมมอง

ไอน์สไตน์บอกว่า “มีสองวิธีใช้ชีวิต หนึ่งคือใช้แบบไม่มีอะไรเป็นเรื่องอัศจรรย์ อีกทางคือใช้ชีวิตเหมือนทุกอย่างเป็นเรื่องอัศจรรย์”

และดูเหมือนไอน์สไตน์ใช้ชีวิตแบบหลัง ทั้งชีวิตและงานทฤษฎีของเขา

ไอน์สไตน์เขียนในหนังสือ *The World as I See It* ว่า “ประสบการณ์อันสวยงามที่สุดซึ่งเราสามารถมีได้คือความลึกลับ มันเป็นอารมณ์พื้นฐานที่ตั้งของศิลปะแท้และวิทยาศาสตร์แท้ ใครก็ตามที่ไม่รู้และไม่รู้สึกพิศวง ไม่รู้สึกอัศจรรย์ ก็ไม่ต่างจากคนตายไปแล้ว ตาของเขา

พร้ามัว”

อัจฉรย์ในสายตาของไอน์สไตน์คือดนตรีและจักรวาล

เมื่ออายุหกขวบ แม่ของเขาซึ่งเป็นนักเปียโนมือดีจัดการให้เขาได้เรียนไวโอลิน ไอน์สไตน์ไม่ค่อยชอบบทเรียนไวโอลินนัก เรียนเพราะเป็นหน้าที่อย่างนั้นเอง จนกระทั่งเมื่ออายุสิบสาม เขาค้นพบดนตรีของโมสาร์ท เป็นการค้นพบครั้งใหญ่ในชีวิต มันเปลี่ยนชีวิตเขา หลังจากนั้นดนตรีก็เป็นส่วนหนึ่งของวิญญาณของเขา

เขาชอบดนตรีของโมสาร์ท เขาเคยบอกว่า “ดนตรีของโมสาร์ทบริสุทธิ์และงดงามยิ่งนัก จนข้าพเจ้าเห็นมันเป็นภาพสะท้อนของความงามภายในของจักรวาล”

ดนตรีกลายเป็นความอัจฉรย์แห่งชีวิตของเขา ไอน์สไตน์เล่นไวโอลินตลอดชีวิต เขามีลีนาคีเียงกายเสมอ เขากับลีนาคือส่วนหนึ่งของกันและกัน

ลีนาคือชื่อไวโอลินของเขา

ไอน์สไตน์มักแบกกระเป๋าวีโอลินไปไหนมาไหน เขามีไวโอลินหลายตัว แต่ตั้งชื่อทุกตัวเหมือนกันว่า ลีนาคือ (ยกเว้นคำว่า violin)

นอกจากโมสาร์ท เขาก็ชอบบาค เขาเห็นว่าดนตรีของสองคนนี้ใสกระจ่าง เรียบง่าย และมีโครงสร้างที่สมบูรณ์แบบ ซึ่งเป็นจุดหมายเดียวกับเมื่อเขาคิดค้นทฤษฎีทางฟิสิกส์ของเขา

เมื่อเล่นโมสาร์ท เขาสัมผัสความกระจ่างใสบริสุทธิ์ของดนตรี เขารู้สึกว่าดนตรีของโมสาร์ทนั้นบริสุทธิ์จนเหมือนกับมันดำรงอยู่ในจักรวาลตลอดกาล รอให้มีคนมาค้นพบ

เพื่อนคนหนึ่งบอกว่า ไอน์สไตน์อาจไม่ใช่ผู้เล่นไวโอลินที่เก่งที่สุด แต่เป็นนักไวโอลินที่เล่นด้วยความรู้สึกอันลึกซึ้งที่สุด

ไอน์สไตน์เคยบอกว่า “โต๊ะตัวหนึ่ง แก้วตัวหนึ่ง ผลไม้สามหนึ่ง และไวโอลินตัวหนึ่ง คนเราต้องการอะไรอีกเพื่อจะมีความสุข?”

ส่วนอัจฉรย์ของจักรวาลอาจเริ่มตอนอายุราวห้าขวบ พ่อให้เข็มทิศเป็นของขวัญ เขารู้สึกถึงที่เข็มทิศชี้ไปทางเดียวกันเสมอ มันทำให้เขารู้สึกพิศวง และดึงเขาไปสู่โลกของวิทยาศาสตร์

แต่ท้ายที่สุด เขาก็รวมอัจฉรย์ทั้งสองนี้เข้าด้วยกัน

ไอน์สไตน์เคยบอกว่า ทฤษฎีสัมพัทธภาพของเขา “เกิดขึ้นมาจากการหยั่งรู้ และดนตรีเป็นพลังผลักดันของการหยั่งรู้ นั่น การค้นพบของผมเป็นผลของการรับรู้ทางดนตรี”

เขาใช้ดนตรีเป็นเครื่องมือในการขบคิดทฤษฎีต่าง ๆ

เมื่อเจอปัญหาที่คิดไม่ออก หรืออยู่ในสถานการณ์ที่ตึงตัน เขาเข้าหาดนตรี แล้วทุกอย่างก็คลี่คลาย

เอลซา ภรรยาของเขาบอกว่า “ดนตรีช่วยเขาขณะกำลังขบคิดทฤษฎีต่าง ๆ เขาเข้าไปในห้องทำงานของเขา กลับออกมา จิ้มคีย์เปียโนหลายครั้ง จดอะไรบางอย่าง แล้วกลับเข้าไปในห้องทำงานต่อ”

เขามองเห็นความงามของดนตรี เช่นที่มองเห็นความงามของโครงสร้างจักรวาล

มันเป็นเรื่องเดียวกัน

คนที่มีสัมผัสต่อสิ่งอัจฉรย์เช่นดนตรีอย่างลึกซึ้ง ก็อาจสัมผัสต่อความอัจฉรย์ของโครงสร้างจักรวาล กับสมการพิสดารที่คนอื่นมองไม่เห็น

หลายคนสงสัยว่าทำไมจึงมีคนเงยขึ้นฟ้าดูดาว ไม่เข้าใจว่าดูไปทำไม มันก็เป็นแค่จุดสว่างกระจายไปทั่ว มองก็ทีก็เหมือนเดิม แต่การดูดาวก็เหมือนกิจกรรมอื่นๆ เช่น ดูฟุตบอล ดูกีฬา ก็เห็นคนใช้เท้าเตะบอล ดูสนุกเกอร์ไม่ว่าก็เกม มันก็คือการใช้ไม้แทงลูกกลมลงหลุม แต่คนดูฟุตบอลและสนุกเกอร์ก็รู้ว่าแต่ละเกมไม่เหมือนกัน การดูดาวก็เช่นกัน หรืออาจไปไกลกว่านั้น มันเชื่อมเรากับดวงดาว และจมในสัมผัสแห่งความอัจฉรย์

นาที่นั้นเรารู้สึกว่าไร้ตัวตน เพราะเราเชื่อมกับอ้อมอกของจักรวาล ประหนึ่งอยู่ในท้องแม่

สำหรับไอน์สไตน์ ดนตรีเป็นมากกว่างานอดิเรก เขามองเห็นความงามของมัน หรือเราอาจบอกว่า เขามองเห็นสมการของจักรวาลผ่านดนตรี

เขาคิดเป็นดนตรี เขามองโลกเป็นดนตรี ทั้งดนตรีและจักรวาลเป็นสิ่งอัศจรรย์

เขามองโลกด้วยสายตาของเด็กน้อยที่เพิ่งเห็นทุกสิ่งเป็นครั้งแรก

ไอน์สไตน์เคยบอกว่า “ถ้าผมไม่ใช่นักฟิสิกส์ ผมก็น่าจะเป็นนักดนตรี ผมคิดแบบดนตรีบ่อย ๆ”

เขาบอกว่า “ชีวิตที่ปราศจากดนตรีเป็นสิ่งที่คิดไม่ออกจริง ๆ ว่าเป็นยังไง ผมฝันกลางวันในดนตรี ผมมองชีวิตผมด้วยวิธีของดนตรี ผมมีความสุขส่วนใหญ่จากดนตรี”

ไอน์สไตน์เป็นตัวอย่างมนุษย์ผู้มองเห็นอัศจรรย์ที่ธรรมชาติประทาน แต่เราไม่ต้องมีไอคิวระดับไอน์สไตน์ ก็สามารถสัมผัสอัศจรรย์แห่งโลกและจักรวาล

เพราะคนที่ยังสามารถมองโลกและรู้สึกอัศจรรย์ ก็คือคนที่หัวใจยังเป็นเด็ก

มนุษย์กำเนิดจากจักรวาล เราคือองค์ประกอบหนึ่งของจักรวาล ดังนั้นหากเรามองลึกเข้าไปในตัวเราเอง ก็จะพบจักรวาล และหากมองลึกเข้าไปในจักรวาล เราจะค้นพบตัวเราเอง

อวกาศเป็นพื้นที่ซึ่งคนจำนวนไม่น้อยพบ awe

อลัน บีน นักบินอวกาศโครงการอพอลโล 12 กล่าวหลังจากไปเยือนดวงจันทร์ว่า ตั้งแต่กลับจากดวงจันทร์ เขารู้สึกดีกับโลกเรามากขึ้น

“เราโชคดีแค่ไหนที่อยู่ที่นี่ ทำไมคนชอบบ่นเรื่องโลก? เราอยู่ในสวนอีเดน!”

นักบินอวกาศอีกหลายคนก็เห็นเช่นเดียวกัน ความกว้างของอวกาศทำให้พวกเขารู้สึกอย่างเป็นรูปธรรมว่า มนุษย์เราเล็กนิดเดียว และการปรากฏตัวของสายพันธุ์มนุษย์ในมุมนี้ของดาราศาสตร์เป็นเรื่องอัศจรรย์ การดำรงอยู่ในธรรมชาติเป็นเรื่องอัศจรรย์

บางทีความอัศจรรย์อยู่ในทุกสิ่ง ก้อนหินทุกก้อน ต้นไม้ทุกต้น ทรายทุกเม็ด ต้นหญ้า สายลม สายน้ำ แสงแดด ฤดูกาล และจักรวาล

และเมื่อเรามองเห็น awe นี้ เราก็อาจพบความสุข

เผยแพร่ครั้งแรก Blockdit 2565